

# 公民館だより みよし

3月

2026  
令和8年

No. 614

公民館だよりカラー版は

西条市ホームページに掲載中！

QRコード



検索ID

0102255

三芳公民館 〒799-1301 西条市三芳1027番地2  
電話/FAX：(0898) 66-0504 E-mail:miyoshi-k@saijo-city.jp  
開館日：月～金曜日（土日祝日、年末年始除く）  
開館時間（職員がいる時間帯）：9時～17時  
※上記の時間以外に公民館施設を利用する場合は、  
事前の申請、鍵の受取が必要です。

三芳の人口（前月比）

男 965人（+ 5）

女 1,097人（- 5）

計 2,062人（±0）

世帯 1,080戸（±0）

令和8年1月末現在

16区を含む



## 献立の幅広がった！

## 白菜使い切りレシピ学ぶ

1月21日、加藤智子氏の指導のもと、料理教室を開催しました。今回は白菜を使った5品を作りました。「浅漬けにはレモンを使用し、コールスローにはキャベツではなく白菜を使うことが新鮮でした」と、参加者から感想をいただきました。



裏面で一部レシピを紹介しています。他のレシピが気になる方は公民館事務所まで

## 「人権の花」咲かせよう



今年度、東予地域人権啓発活動ネットワーク協議会と連携して行う「人権の花運動」の指定校に選ばれた三芳小学校。このほど、児童が学校で育てた花が公民館に届きました。プランターの側面には、「思いやり大切にしよういつまでも」などの小学生が考えた人権標語が書かれています。人権の花は、公民館の他に、郵便局や駐在所などにも設置されているそうです。みなさんも小学生のメッセージから、人権について考えてみませんか。



## 6年生同士親睦 庄内地区を学ぶ



2月3日、河北校区3校の6年生が交流事業を行いました。本谷公園で自己紹介した後、本谷温泉と河之内浄水場について地元の方から説明を聞き、普段立ち入り禁止の場所を見学しました。

午後からは、班対抗のストラックアウト（パーフェクトあり）や、いろいろクイズに挑戦し、みんなと協力しながらレクリエーションを楽しみました。



## 少年の日 中学生が新たな一歩

少年の日を迎えた河北中学校の2年生が2月5日、記念集会を行いました。少年の日は、昔の元服に由来して大人になる1歩として志を立てようという愛媛県独自のものです。生徒は、将来の夢や目標、14歳の節目に対する熱い思いや決意を色紙に書き、保護者の前で発表しました。社会福祉協議会三芳支部からボールペンを贈呈。これからも勉学や部活動など様々な事に挑戦してくださいね。

## 登下校見守り20年超え 田口さんに表彰状



東地区の田口秋吉さんがこのほど、地域の防犯活動に尽力したとして四国防犯協会から表彰を受けました。田口さんは、個人ボランティアで20年以上、毎日小学生の登下校の見守りを行っています。登下校の時間になると、何があっても行かなければという気持ちになるほど、すっかり習慣に。

「子どもたちと挨拶したり話したりするのが励みになって続けられている。80歳を超えたが、まだまだ続けなければ！」と話しています。

# お知らせ

## ゴキブリ団子を作ろう

◆日時 4月23日（木）

①9:30～ ②11:30～ 2部制

※同日開催です。

①、②のいずれかを選択してください。

◆場所 三芳公民館 調理実習室

◆参加費 300円（材料代）

◆定員 各回20人（先着順）

※定員に達し次第、受付終了

◆持参物 エプロン

◆受付期間 3月2日（月）～4月15日（水）

◆申込先 三芳公民館

※ペットボトルキャップ等への小分けは自宅  
でお願いします。講座では、完成した団子を  
ビニール袋に入れた状態で持ち帰ります。

## 忘れ物を預かっています

公民館ロビーに忘れ物コーナーを設置して  
いますので、一度確認をお願いします。

※持ち主が見つからない場合、令和8年  
3月末で処分させていただきます。

空海を辿る街道菜の花忌

近藤 憲史

島畑に芥火燃ゆる二月かな

北岡 大夢

来し方の悲喜こもごもや年の豆

松永 広恵

梅活けて独りのお茶の静心

藤原 近子

肩組みて見上ぐる雲や菜の花忌

越智 椿

針供養豆腐の痛さ如何ばかり

猪瀬美智子

竹林舎 三芳句会

二月

### 俳句便り

## おき間時間にボランティア！ ベルマークの会

3月25日（水）

13:30～14:00

三芳公民館 健康相談室

ベルマークの仕分け作業をお手伝いして  
いただける方は当日お越し下さい。

＼おいでや！待ちよるけん／

## 高齢者のつどい

高齢者だけでなく、地域みなさんも  
参加できますのでぜひお越しください。

3月18日（水） 13:30～

三芳公民館 婦人研修室

地域包括支援センター東予（66-5520）

シールを集めて  
景品ゲット！

## ラジオ体操

3月 5日・12日

19日・26日（木）

9:15～9:30

三芳公民館 多目的ホール  
第3木曜日はシール2倍の日♪

体育館シューズを  
持って来てね！

# 料理教室の白菜レシピをちょっと紹介します



白菜は中国原産の野菜で、日露戦争時に出兵した人が種を持ち帰り、その後広まったと言われています。ビタミンCを多く含みますが、ビタミンCは水溶性なので、スープや鍋で汁ごと食べるのがおすすめです。

## 千子ミ



《材料》4人分（15分程度2枚分）

白菜2枚

④※よく混ぜ合わせておく。

卵1個・小麦粉50g・片栗粉25g・水30g

醤油大さじ1・塩少々・桜エビ大さじ2

ごま油・油

酢醤油（酢大さじ2・醤油大さじ2）

《作り方》

①白菜は細切りにし、④に加える。

②熱したフライパンに①を入れ、薄く広げる。両面を焼き、最後にごま油を鍋肌から入れる。食べやすい大きさに切る。

## 浅漬け



《材料》

4人分（作りやすい分量でOK）

白菜300g

塩6g

レモン1/2個 ※すだちや柑橘でもOK

（種は取り除き、薄切りにしておく）

《作り方》

①白菜の葉の部分はざく切り、芯は1分幅に切る。

②袋に材料を全て入れてよく揉む。

## お願い 肖像権などの個人情報取り扱い

公民館の各種行事（講座・放課後子ども教室などを含む）の様子や作品を職員が写真撮影します。撮影した写真は、公民館だよりや西条市ホームページに掲載することがあります。写真の撮影、掲載を希望しない方は職員にお声がけください。

※ホームページで使用する肖像権等の個人情報は「公民館だよりのホームページ掲載要項」に従い、適切に取り扱います。

※ホームページ掲載後に、やむを得ない事情で掲載を取りやめたい場合は、公民館までご連絡ください。

## 資源ごみ・危険ごみの回収

月～金曜日の9:00～16:00まで

※12月29日～1月3日を除く公民館休館日も利用できます。（ただし、1月4日以降が土日で、公民館が休館の場合は利用できません）

※必ず時間内に専用の倉庫にごみを出してください。

## 回収していません



公民館の資源ごみ回収倉庫では燃えないごみ（陶器など）、ビン、スプレー缶は出せません。