

2022年11月21日発行



# ふれあい館だより



# 12月



## 第20回人権フェスタ in 丹波篠山

入場無料

### 作品展示

開催日時 12月6日(火)～11日(日) 8:30～17:15

会場 丹波篠山市役所本庁舎 1階市民ホール

市内小・中・特別支援学校「感謝の気持ちを届けよう～あなたに贈る『ありがとう』展」  
(手紙)・あいさつ運動啓発ポスター・体験型人権学習活動支援事業「人権作品展」・各種協賛団体による人権啓発パネル展示・リバティ大阪巡回パネル展 ほか

### メインイベント

開催日時 12月11日(日) 13:00～16:00

会場 丹波篠山市立田園交響ホール

開 会

○13:00～ 開会行事、あいさつ運動啓発ポスター・人権作文受賞者表彰、人権作文発表など

### 丹波篠山市人権・同和教育研究大会

○14:00～ 基調講演(人権フェスタ&研究大会共済事業)

演題 「取り組みの立脚点は差別の現実

一問われているその基本認識」

講師 奥田 均(おくだ ひとし)さん(近畿大学名誉教授)

○13:00～16:00 各種協賛団体によるバザー・販売(パン・手作り小物等)

※託児は新型コロナウイルス感染拡大防止のため設けません



12月10日～16日は

## 北朝鮮人権侵害問題啓発週間です



政府認定拉致被害者 17人のうち、兵庫県関係者では有本恵子さん、田中実さんの2人が認定を受けています。さらに、拉致の可能性を排除できない行方不明者の中にも兵庫県関係者の方がおられます。

北朝鮮当局による拉致問題は重大な人権侵害です。しかし、拉致被害者やそのご家族等の高齢化が進み、この問題の風化が懸念されています。拉致被害者の方々の一刻も早い帰国を願うとともに、拉致問題は一刻も早く解決しなければならない国民的課題です。一人ひとりがこの問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

人権推進課 Tel 079-552-6926 Fax 079-554-2332

畑 ふれあい館 Tel/Fax 079-552-4401

味間ふれあい館 } Tel 079-594-1003

日置ふれあい館 Tel/Fax 079-556-2850

丹南児童館 } Fax 079-594-1079

西紀ふれあい館 Tel/Fax 079-593-0093

古市ふれあい館 Tel/Fax 079-594-1001

# 畑ふれあい館だより

住所：丹波篠山市菅 239-6 電話・ファクス 552-4401 山西和子・中村和泉  
メール：fureai-hata@gw.city.sasayama.hyogo.jp



## 畑ふれあい館からのお誘い

師走に入り気忙しい毎日ですね。7日の大雪<sup>たいせつ</sup>後は寒さが厳しくなり一層暖房が恋しくなる時期を迎えます。

迎春準備に紅白葉ボタンの苔玉作りをします。その後、冬季の火災の原因について丹波篠山消防本部職員さんからお話を聞きます。

開催日：12月9日（金）

時間：午前10時～10時50分

紅白葉ボタンの苔玉作り

午前11時～12時

防火講習

講師：植西 恵子さん

丹波篠山市消防本部職員

参加費：600円（苔玉作りの材料代）

締切り：12月2日（金）午後5時まで

※マスク着用と飲みもの持参でご参加ください。



## 12月のサロンの案内

♪カラオケサロン 第2金曜日9日

午後1時30分～3時00分

開催日を偶数月は第2金曜日、奇数月は第2木曜日とします。

♪かごサロン 開館日の毎月曜日

（5日、12日、19日、26日）

午前10時00分～12時00分

午後1時00分～4時00分

上記の時間で都合の良い時間にお越しください。

材料代は実費です。

♪コミュマサロン 毎月第4金曜日

12月は23日です

午後1時00分～4時00分

親睦と脳トレーニングを目的に普通の大きさのパイを使用されています。



## 畑ふれあい館からのお知らせ

1月2回、2月1回、3月1回の計4回シリーズで健康教室とヨガ教室を開催します。

健康教室は「健康寿命を延ばそう口腔ケア」

「食事の大切さと栄養について」「認知症の家族との関わり方」「認知症は私もなるかもしれない！」の内容で健康課の栄養士さんや東部地域包括支援センターの職員さんにお話をさせていただきます。健康教室の後は、固くなった体をヨガ教室でゆっくりほぐしましょう（椅子を使ったヨガ教室です）。日程等詳細については1月のふれあい館だよりでお知らせします



## 料理教室のご案内

12月は黒豆の収穫作業で忙しくされている方も多いと思います。丹波篠山市特産の黒豆を使った黒豆づくしの料理を作ります。おせち料理の一品になるメニューも用意しています。

開催日：12月16日（金）

時間：午前9時30分～12時00分

場所：畑ふれあい館調理室

講師：小林 廣子さん

参加費：500円

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・飲み物

締切り：12月9日（金）午後5時まで

※マスク着用と飲みもの持参でご参加ください。



※各事業に参加される際には、検温と手指消毒、マスク着用にご理解とご協力をお願いします。

各事業については午前8時に警報が発令されている場合は中止することがあります。新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止することもあります。事前にふれあい館にお問い合わせください。



# 日置ふれあい館だより

丹波篠山市西荘 202 電話・ファクス：556-2850 西由利子・井関ゆかり

## 交通安全教室を終えて

高齢者を対象に、篠山警察署交通課巡查部長のお話を聞きました。特に歩行者に対しての注意点を教わりました。

丹波篠山市では、特に夕暮れ時や夜間の事故が多発しているそうです。日々のウォーキング・犬の散歩など、意外に慣れている道ほど油断しがちで、危険が潜んでおり注意して通行することが必要だと知りました。「私はここにいるよ」とドライバーに気づいてもらうために、最もよい有効手段は、反射板を身に着けることです。靴・鞆・携帯電話・杖・車いすなど、毎日使うものにあらかじめ付けておけば安心だと教えてもらいました。

## 《しめ縄作りとお餅つき》



「しめ縄作りとお餅つき大会」を下記の内容で開催します。

参加者同士の交流を深めながら、新しい年を迎える準備をしましょう。

- 日 時 12月25日(日)
- 場 所 日置ふれあい館 全館
- 内 容 しめ縄作り 午前9時～  
餅つき大会 午前10時～
- 指導者 西荘老人会・西荘自治会
- 申込締切日 12月12日(月)

しめ縄作りの材料費として、1本につき150円が必要です。(当日徴収します)  
お申し込みの時に「お名前」と「本数」をお知らせください。TEL556-2850

## 《12月のサロン》

### ○体操教室(月2回)無料

☆日 時 12月8日(木) 午前9時30分～

・講 師 木戸 夕皎 さん

☆日 時 12月22日(木) 午前9時30分～

・講 師 ふれあい館指導員

※いずれも会場は、ふれあい館2階大会議室です。

### ○グラウンドゴルフ(月2回)無料

☆日 時 12月6日(火)

午後1時30分～

☆日 時 12月20日(火)

午後1時30分～



※会場は、西荘運動場。道具は、ふれあい館にあります。お気軽にご参加ください。

### ○かご作り教室(月1回)

※12月は、お休みです。

☆次回は、1月30日(月) 午後1時～

・場 所 ふれあい館1階会議室

・講 師 久保田 <sup>みゆき</sup> 幸 さん

見学も大歓迎です。お気軽にご参加ください。

## 【予告】麴作りと黒豆の味噌作りをします。

★日 時 2023年2月5日(日)～

自宅でコメを洗い一晩浸けることから始まり、コメを蒸す・種菌をまぶす。休ませる。天地返しをして2月9日(木)完成です。



※ご予約ください。受付人数は10人程度。

詳しくは、館だより1月号でお知らせします。

※各事業開催日に気象警報が発表されている場合は、事業を中止することがあります。ふれあい館にお問い合わせください。

また、新型コロナウイルス感染症の拡大により中止することがありますが、ご了承ください。

引き続き、「うがい・手洗い・消毒」を励行しましょう。



# 西紀ふれあい館だより

住所：丹波篠山市川西 70 電話・ファクス：593-0093

メール：fureai-nishiki@gw.city.sasayama.hyogo.jp 熊岡 操・靱井美紀

(西紀南まち協共催)

## こんにゃくを作りました!

毎年の恒例となっていますこんにゃく作り教室。刺身で食べると、こんにゃく芋の風味が口の中に広がります。煮ると、市販のものとは全く違った歯ごたえに驚きます。手作りならではのこんにゃくの味を楽しみましょう。

- 日 時：12月23日(金)  
午前9時30分～12時頃
  - 場 所：西紀ふれあい館
  - 講 師：小林廣子さん
  - 参加費：400円
  - 持ち物：エプロン・三角巾・厚手のゴム手袋・マスク・飲み物
  - 申込み締切日：12月16日(金)  
午後5時まで
- \*試食はせずに、持ち帰ります。



## 地域交流

### 日帰り研修会に行ってきました

11月4日(金)とても良いお天気に恵まれ、きれいな海を渡って淡路島へ行ってきました。

参加者同士交流と学習を深め、有意義で楽しい1日となりました。



## 料理教室のお知らせ

～おもてなし料理に挑戦!～

普段とは違うちょっとおしゃれなお料理を習ってみませんか。

皆様のご参加をお待ちしています。

- 日 時：12月9日(金)  
午前9時30分～12時頃
- 場 所：西紀ふれあい館
- 講 師：本莊賀寿美さん
- 参加費：実費(600円程度)
- 持ち物：エプロン、三角巾、持ち帰り容器  
マスク、飲み物
- 申込締切日：12月2日(金)

ご注意ください。

\*新型コロナウイルス感染拡大防止の為、事業当日の午前8時に警報、もしくは事業時間帯に警報が出ている場合は中止することがあります。ご了承ください。

⊗成人書道教室(月謝1,500円)  
7日(水)・14日(水)14:00～16:00

⊗子ども書道教室(月謝1,000円)  
7日(水)・14日(水)16:00～17:00  
☆開催曜日が変わりました

⊗かご作りサロン  
26日(月)13:00～16:00  
材料代200円くらいから

⊗ホッとサロン アロマテラピー  
1日(木)13:30～15:00  
材料代200円  
講師：寺本秀代さん

※ホッとサロンは材料準備のため、11月29日(月)までにお申し込みください。ホッとするひと時を楽しんでください。各教室やサロン参加の際はマスク着用、飲み物を持参をお願いします。

⊗カラオケサロン  
12月はお休みとします



# 味間ふれあい館・丹南児童館だより

2022年11月号 丹波篠山市中野28 電話(079)594-1003 / FAX(079)594-1079  
ふれあい館：西田直美・中道唯公美 児童館：酒井道子・上石孝子・西田こす枝

## しめ縄を作しましょう

しめ縄作りの藁をなう(よってねじる)作業はとても難しく思えます。上手にできると感激しますよ。

日時：12月15日(木) 9時30分～

ところ：味間ふれあい館(ふれあい交流センター)

講師：西田幸夫さん 参加費：無料

申込：12月9日(金)まで

\*当日は寒い場所での作業となりますので、あたたかい服装でご参加ください。わら切り用はさみや、ひも等をご用意ください。

## 風味たっぷり 手作りこんにやく

大きく育った3年物のこんにやく芋を、切って茹でて潰して・・・と、手作りしたこんにやくはとても美味しいです。一緒に作りましょう。

日時：12月22日(木) 10時～12時頃

講師：小林廣子さん 参加費：500円

持ち物：エプロン・三角巾・お茶

申込：12月16日(金)16時まで



## 12月の広場

### ほっこり広場

日時 12月5日(月)13時30分～

内容 園芸療法 植西恵子先生

材料費 200円(こけ玉作り)

申込 11月2日(水)まで

1月は16日に開催、アロマテラピーです。



### おしゃべり広場

日時 12月22日(木)13時30分～

内容 お正月の寄せ植え作り

講師 植西恵子先生

材料費 1,000円程度

申込 12月16日(金)まで



おしゃべり広場

## 12月の教室

大正琴教室	2日・16日(金)13時30分～
茶道教室	2日・16日(金)19時30分～
パソコンサークル	2日・16日(金)13時30分～
3B体操	12日・19日(月)13時15分～
舞踊教室(桜喜会)	6日(火)13時30分～
ナンプレサークル	3日・17日(土)13時30分～
グラウンドゴルフ	9日・23日(金)9時～
フォークダンス	2・9・16日(金)13時15分～
健康料理教室	12月はお休みです。

新型コロナウイルスの感染状況や、気象警報などによって事業を中止することがあります。ふれあい館までお問い合わせください。



## 丹南児童館より 12月の楽しい行事 ※印は、申込制。詳しくは児童館にお問い合わせください。

12月1日(木)11:00 おはなし広場 12月6日(火)10:30 ほっとママ広場ーハッピー親子ヨガー(定員6組) ※

12月8日(木)11:00 つくしんぼ広場

12月14日(水)10:30 ほっとママ広場 ーオリジナル アロマスプレー作りー (定員10名) ※

12月15日(木)11:00 つくってあそぼう ※ 12月22日(木)11:00 うたってあそぼう♪…おもちゃのチャチャチャなど

12月23日(金)13:00 冬のおたのしみ会 ※ 12月26日(月) 8:40 冬休み子ども教室(定員あり) ※

**地域交流冬のおたのしみ会** で楽しい時間をすごしましょう。

と き…12月23日(金) 第1部 幼児向け 13時～14時

第2部 小学生向け 14時20分～15時20分

ところ…丹南児童館 味間ふれあい館 参加費…子ども100円



●申し込み用紙は児童館にあります。今回は2部制とし、幼児(付き添いが必要)30人、小学生60人の申込みを受付けます。どなたでもご参加できます。当日は、飲食はありませんが、工作コーナー、昔あそびなどがあります。おみやげもあります。うんと楽しい時間を過ごしましょう。みなさんのご参加をお待ちしています。

# 古市ふれあい館だより 令和4年12月(師走)



丹波篠山市古市ふれあい館 / 〒669-2106 丹波篠山市牛ヶ瀬 78-1 tel&fax : 079-594-1001  
岡澤 草好・羽馬 知代 / e-mail:fureai-furuichi@city.sasayama.hyogo.jp

## 年末年始の注意点

### ・防犯に注意

年末は例年、金融機関、コンビニエンスストア等を対象とした強盗をはじめ、ひったくり、すり、置き引きなどの犯罪の多発が懸念される時期です。

オレオレ詐欺などの特殊詐欺の被害も後を絶ちません。

空き巣被害にも注意が必要です。何かと忙しい時期ですが、戸締りなどの防犯に心がけましょう。



### ・火災防止に火の用心

住宅火災になる原因は、「寝たばこ」だけでなく、

○電子レンジの中が汚れている

○エアコンの電源を正しく使用していない。(専用電源以外を使用など)

○電気ストーブを燃えやすい物そばで使っている(洗濯物、カーテンなど)

○IHで揚げ物をする時、少量の油で揚げているなどが多いそうです。

あなたのお家で上記の例に当てはまる項目はありませんか？

今一度自宅の現状をチェックして、火災防止に努めましょう。



## かごサロン

—自分の作りたい作品を作ろう！—

●日 時：12月 7日(水)

12月20日(火)

午後1時から午後4時



●講 師：小倉 桂子さん

☆かごサロンは原則第一水曜日と第三火曜日に開催します。

※レシピは各自でご準備ください。



## ラク☆楽☆うまいなサロン

・日 時 12月15日(木)

午前9時30分～午後1時頃

・場 所 古市ふれあい館

・内 容 こんにゃく作り

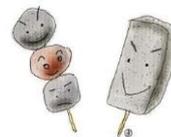
・材料費 実費(600円程度)

・持ち物 エプロン、三角巾、厚手のゴム手袋  
マスク

・講 師 小林廣子さん

・募集人数 8名

・申込締切日 12月8日(木)



## 【寄ってこ会】のお知らせ

・・・そこに行けば誰かいる！

今日は誰が来てるかな？

ちょっと『寄ってこか』！・・・

・日 時 令和4年12月16日(金)

午後1時30分から午後3時

・場 所 古市ふれあい館

・内 容 健康教室

※高齢者が健康な生活を送るための  
簡単な体操など

・講 師 大黒 浩司さん

※飲み物等は各自でご準備ください。

※検温・手指の消毒・マスク着用にご協力をお願いします。



## 冬の健康管理

今年もいよいよ寒くなってきました。厳しい寒さ、空気が乾燥する季節となってきます。

この季節は、新型コロナウイルス及びインフルエンザ・風邪・ノロウイルス等の感染症が増加する季節でもあります。

これらを防ぐには、現在も行っている新型コロナウイルス対策の、「うがい」「手洗い」「マスク」が効果的です。

また、体力があれば細菌・ウイルスへ抵抗力を保持できます。

その為にも、食欲・睡眠・運動のバランス良い習慣をつけることが大切です。



※各事業開催日に気象警報が発表されている場合、また、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により事業を中止する場合がありますがご了承ください。ふれあい館にお問い合わせください。