

2023年11月21日発行



ふれあい館だより



12月

第21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5日(火)～10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9日(土) 13:00～16:00

会場 丹波篠山市立田園交響ホール

○13:00～ あいさつ運動啓発ポスター・人権作文入賞者表彰
及び人権作文発表

○14:00～ 基調講演(人権フェスタ&丹波篠山市人権・同和教育研究協議会研究大会共催事業)

演題 「誰もが輝いて生きるために」

講師 坂田 かおりさん

(部落解放・人権研究所理事/
人権テイク・ルート代表)

○13:00～16:00 各種協賛団体によるバザー他

※託児有、要予約、問い合わせは人権推進課(☎552-6926)へお願いします。



12月10日～16日は

「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」



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。また、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。

北朝鮮当局による日本人拉致は、我が国に対する主権侵害であるとともに、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・榎井美紀

メール：fureai-hata@gw.city.sasayama.hyogo.jp



キムチ作り教室と防火講習会のご案内

師走に入り気忙しい毎日ですが、風邪対策はしっかりとってくださいね。

冬野菜の美味しい季節になりました。白菜を使ってキムチ作り教室を開催します。塩漬けと本漬けの2回に分けて行います。手作りのキムチでキムチ鍋や豚キムチなど作ってください。本漬けの後で丹波篠山市消防本部職員の防火講習会を開催します。

皆さんのお越しをお待ちしています。

●塩漬け

開催日：12月6日（水）

時間：午後1時30分～3時

会場：みたけ会館調理室

参加費：1,000円

持ち物：白菜1玉、エプロン、三角巾、マスク
飲み物

その他：塩漬けに参加ができない方はご連絡ください

締切り：12月1日（金）午後5時まで

●本漬け

開催日：12月7日（木）

時間：午前9時30分～11時

会場：みたけ会館調理室

講師：小林 廣子さん

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、飲み物、
ゴム手袋

●防火講習

開催日：12月7日（木）

時間：午前11時10分～12時

会場：みたけ会館

講師：丹波篠山市消防本部職員

内容：冬季の生活で気を付けること



12月のサロンの案内

↓カラオケサロン お休みします

↓かごサロン 開館日の毎月曜日

（4日、11日、18日、25日）

会場は全日程ともみたけ会館2階会議室

午前10時00分～午後0時00分

午後1時00分～4時00分

上記時間で都合の良い時間にお越しください。

↓コミュマサロン お休みします



料理教室のご案内

クリスマスや迎春準備など普段とはちょっと違うメニューが欲しい時期ですね！簡単に作れるおもてなし料理を作ります。

開催日：12月22日（金）

時間：午前9時30分～11時

会場：みたけ会館調理室

講師：本庄 賀寿美さん

参加費：600円

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、
飲み物

締切り：12月18日（月）午後5時まで



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。

お知らせ

11月より2階の耐震工事が始まっていますが、職員は事務所に勤務しています。ご用のある時はふれあい館にお越しください。（工事中のため、十分に気を付けてください。）

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。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 岡澤 章好・井関 ゆかり

丹波篠山の秋も深まり、冬の足音が聞こえてきました。
健康維持のため、寒さに負けずに天気の良い日には屋外に出
て、適度な運動を行うように心がけましょう。



《12月のサロン》

○歌声サロン(月1回)

- ☆日 時 12月7日(木)
午前10時～
- ・場 所 日置ふれあい館和室



○体操教室(月2回)

- ☆日 時 12月14日(木)
- ・講 師 木戸 夕皎さん
- ☆日 時 12月28日(木)
- ・講 師 ふれあい館指導員
- 両日とも午前9時30分～
- ・場 所 日置ふれあい館 2階大会議室



○グラウンドゴルフ(月2回)

- ☆日 時 12月12日(火)
- 12月26日(火)
- 両日とも午後1時30分～
- ・場 所 西荘グラウンド



○かご作り教室(クラフトバンドで編む)

- ☆日 時 12月25日(月)午後1時～
- ・講 師 久保田 幸さん
- ・場 所 日置ふれあい館
1階会議室



《しめ縄作りとお餅つき》

お正月のお飾りをご自分で作りませんか?

初めての方でも大丈夫です。

最初から丁寧に教えてもらえます。

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24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(火)



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

○わいわいサロン(料理教室)

- ☆日 時 12月20日(水)
午前9時30分～
- ・講 師 小林 廣子さん
- ・場 所 日置ふれあい館
1階調理室
- ・内 容 こんにゃく、その他
- ・費 用 実費(800円程度)
- ・持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- ・募集人数 10名程度
- ・申込締切日 12月14日(木)
- ※美味しいこんにゃくを手作りしてみま
しょう。
こんにゃくイモから自分で作れば市販の
ものよりきっと美味しくなりますよ。



《12月4日～10日は『人権週間』》

「世界人権宣言」が採択された12月10日は、「人権デー(Human Rights Day)」と定められています。

法務省の人権擁護機関では、人権デーを最終日とする1週間(12月4日から12月10日)を「人権週間」と定め、昭和24年(1949年)から毎年、全国的に人権啓発活動を特に強化して行っています。

多様な人権問題の解決には、私たち一人一人が自分以外の「誰か」のことでなく、自分のこととして捉え、互いの人権を尊重し合うことの大切さについて、認識を深めることが不可欠です。

この人権週間をきっかけに人権について考えてみませんか。



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。



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・中村和泉

キムチ作りのお知らせ

《塩漬け》

●日時：12月14日(木)
9時30分～11時頃

《本漬け》

●日時：12月15日(金)
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：1000円程度
- 持ち物：白菜1玉、エプロン、三角巾
持ち帰り容器、飲み物
- 申込締切日：12月7日(木)

※材料準備のため、事前申し込みが必要です。

元気もりもりクラブ

●日時：12月14日(木)
13時30分～15時頃

●参加費：300円程度

●内容：クラフトテープで作る
コットンボールの飾り



※材料準備のため

12月11日(月)まで
にお申込みください。

本漬けの日に、防火講習会を開催します。ご参加のほどよろしくお願ひします。

(西紀南まち協共催)

こんにゃくを作っちゃおう!

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22日(金)
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：600円程度
- 持ち物：エプロン・三角巾・厚手のゴム手袋・飲み物

●申込み締切日：12月15日(金)
17時まで

*試食はせずに、持ち帰ります。



12月の教室とサロン

⊗成人書道教室(月謝1,500円)
6日(水)・20日(水)14:00～16:00

⊗子ども書道教室(月謝1,000円)
6日(水)・20日(水)16:00～17:00

⊗かご作りサロン
25日(月)10:00～16:00
材料代200円くらいから

⊗ホッとサロン 園芸療法
7日(木)13:30～15:00
材料代300円
講師：植西恵子さん

※ホッとサロンは材料準備のため、12月5日(火)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。

ご注意ください。

*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。



味間ふれあい館・丹南児童館だより

2023年12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：田端俊典・上石孝子・西田こず枝

しめ縄を作しましょう

日時：12月14日(木) 9時30分～11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8日(金)まで

持ち物：わら切り用はさみ、ひも等

風味たっぷり 手作りこんにやく

日時：12月18日(月) 9時30分～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11日(月)まで

お正月の寄せ植え

日時：12月21日(木) 13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：植西恵子さん 参加費：1,000円

定員：15名 申込：12月11日(月)まで

病態別健康料理教室⑤ 貧血

日時：12月26日(火) 10時～12時頃

講師：本荘賀寿美さん 参加費：600円

持ち物：エプロン・三角巾

申込：12月19日(火)まで

12月の広場

ほっこり広場

日時：12月4日(月)13時30分～

内容：臨床美術 クリスマスプレート作り

材料費：400円

申込：11月27日(月)まで

1月はアロマセラピーです。



気象警報や、やむを得ない事情などによって
事業を中止することがあります。

お問い合わせください。



12月の教室・サークル

茶道教室	1日・15日(金)19時30分～
パソコンサークル	8日・15日(金)13時30分～
3B体操	11日・18日(月)13時15分～
舞踊教室(桜喜会)	5日・19日(火)13時30分～
ナンプレサークル	9日・23日(土)13時30分～
グラウンドゴルフ	8日(金)9時～
フォークダンス	1・8・15日(金)13時15分～
ギター教室	5日・19日(火)18時～

丹南児童館より 子どもたちを取り巻く全てが、心の栄養!

12月7日(木)11:00 おはなし広場

12月12日(火)10:00 ほっとママ広場 -オリジナル アロマクリーム作り- (定員8名)※

12月14日(木)11:00 つくしんぼ広場 12月19日(火)10:30 ほっとママ広場-ハッピー親子ヨガ- (定員6組)※

12月21日(木)11:00 つくってあそぼう※ 12月22日(金)13:00 冬のおたのしみ会※

12月25日(月) 8:40 冬休み子ども教室(定員あり)※

12月26日(火)11:00 うたってあそぼう♪



※は申込制です。詳しくは児童館
にお問い合わせください。

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22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)40人、小学生70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。

古市ふれあい館だより 令和5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
西 由利子・羽馬 知代 / e-mail:fureai-furuichi@city.sasayama.hyogo.jp

【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5年12月15日(金)
午後1時30分から午後3時ごろ
- ・場 所 古市ふれあい館
- ・内 容 「未然に防ごう 電化製品からの発火」
※消火器の扱い方も・・・。
- ・講 師 丹波篠山市防災設備保安協会
会 長 岡田 政光 さん



※飲み物等は各自でご準備ください。

かごサロン

—自分の作りたい作品を作ろう！—

- 日 時：12月 6日(水)
12月19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

～こんにゃく芋からコンニャクを作りますヨ！～

こんにゃく芋は、スーパーにあまり流通していないから「見たことないわ」という方もいらっしゃるのではないのでしょうか。こんにゃく芋は植えてから出荷まで、3年もの月日がかかります。

収穫されたこんにゃく芋は、年数に応じて1年生、2年生、3年生と呼ばれています。1年間の変化はすさまじく、生子から1年生では5～10倍。2年生から3年生ではさらに5～8倍に成長します。



刺身こんにゃくは絶品です。

- ・日 時 12月21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14日(木)



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、5類感染症になったとはいえ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、今まで通り「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・ウイルスへの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。

寄ってこ会では、リクエストの声もあり「大黒先生の家でも出来る体操教室」を開催します。

- ・1月19日(金) 犬飼公民館
- ・2月 9日(金) 初田公民館
※都合により日にちを変更しています。
- ・3月15日(金) 古市ふれあい館
◎いずれも午後1時30分～午後3時ごろ

今から予定をあけておいてください。会場を温めてお待ちしております。12月・1月・2月の館だよりでもお知らせします。



年末年始休館日のお知らせ

古市ふれあい館は、12月29日(金)～1月3日(水)まで休館となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。



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

