

3月号



平良市民センターだより

令和8年3月1日発行
廿日市市平良市民センター
〒738-0025 廿日市市平良2-7-6
電話31-1251 FAX31-1532



平良地区の人口と世帯（令和8年2月1日現在）【男性5,701人 女性6,011人 合計11,712人】【5,343世帯】

講座の申込・問合せは平日9:00~17:00までをお願いします。平良市民センターTEL 31-1251

※休館日（祝日・年末年始）は除く

主催・共催講座のお知らせ

主催募集

くらしの安心・安全講座

「自転車の新しい制度（道路交通法改正） について～自転車マナーを楽しく学ぶ～」

内容：道路交通法改正に伴う自転車の交通マナーの要点

日にち：3月5日（木）

講師：くらし安全指導員 後藤 秀信 政重 伸幸

「特殊詐欺・消費者トラブルに 遭わないためのABC」

内容：特殊詐欺の対策、最新の手口など

日にち：3月11日（水）

講師：くらし安全指導員 丸山 哲司

消費生活相談員 川村 佐和子

時間：いずれも 13:30~15:00

場所：平良市民センター

定員：20名

申込み：平良市民センター

参加費：無料

市民センターからのお知らせ

【事業報告】

「楽しく学ぼう！やさしいスマホ教室 LINE 基本編 ②」

1月30日（金）

～友だち追加、スタンプ送信、通話～

友だち追加として、QRコード・検索・招待の3つの方法を学びました。マイQRコードを出して読み取ってもらう、その後、スタンプ送ってもらうが早道かと。ID・電話番号検索もあるけれど難しいかな。次に電話のかけ方（音声通話とビデオ通話）。電話かける画面までの練習が、みなさんアイコンタップしてかけてしまい、しどろもどろと切るので大混乱。できることが増



「体が喜ぶいい笑い 笑いヨガ体験会」

2月6日（金）

平良地域在住の松井美保さんによる笑いヨガ体験講座。ヨガの呼吸法に笑いを取り入れた誰にでもできる笑いの体操。まず、大人の自分を脱ぎ捨て5・6歳の子どもに心に戻り、体と心をリラックス。遊び心でみんな体を動かしながら大声で笑い合う。

久しぶりに声を出して笑ったという人が多いのにびっくり。声を出して笑う場の必要性を感じました。



お知らせ

「大学セミナー」終了のお知らせ

会員制で定期的に講座を開催してきた「大学セミナー」は、今年度で終了します。

これまで会員として学びを重ねていただいたみなさまに感謝します。

来年度は、幅広い分野の講座をだれでも受講できるようセンターだより等で案内します。

お知らせ

令和8年度「親子体操」事業の中止について

参加者が最少催行人数に達しないため、長きにわたり続いてきた「親子体操」事業の開催を中止することにしました。

【活動報告】

「野坂中学校 職場体験活動」

1月27日（火）～29日（木）

平良市民センター職場体験活動に、野坂中学校2年生の田本万姫さん、松原姫夕さんが来られました。オリエンテーションで施設内を周り、まずは、市民センターについて条例・規則から始まり、市役所や「公民館」機能について学習しました。

調理室を使いやすくするために、中学生の視点でレイアウト図や棚に何が入っているかのポスターをそれぞれが考えて作成し掲示してもらいました。手作りの温かみのあるサインがいっぱいです。クラブ体験では「平良エスキーテニス」「命の貯蓄体操」に参加し地域の方々と交流しました。2人からの感想です。

田本万姫さん

最初は不安でしたが緊張がほぐれると心に余裕を持って行動でき、学びがたくさんありました。地域の方々に関わる中で廿日市市の良さを学ぶとともに、非日常的な経験が刺激となり楽しんで取り組むことができました。

松原姫夕さん

これまで市民センターは勉強目的で利用してきましたが、職場体験を通して様々な目的で利用していたので、今後は交流する場所としても利用していきたいです。また、「あいさつ」「掃除」の大切さに気づき、当たり前なことだけれど今後とも続けていきたいと思います。



手話通訳
要約筆記

※平良市民センター主催の講座で手話通訳、要約筆記が必要な方は、各講座の3週間前までにご連絡ください。
受付時間：平日9:00~17:00 (TEL) 31-1251 (FAX) 31-1532

地域の伝言板

地域団体からの情報や行事などをお知らせします。

募集

平良地区コミュニティ
健康運動教室 チェアエクササイズ

椅子に座ってできるチェアエクササイズで脳を活性化し介護予防・認知症予防をしましょう。運動を続けることで予防の効果が上がります。

継続して参加しましょう。

日 時：3月13日（金）13：30～15：00

場 所：平良市民センター

講 師：健康運動指導士 山下 美抄

対 象：平良地区にお住まいの方

定 員：30名（定員になり次第締切）

参加費：無料

主 催：平良地区コミュニティ

申込み：前日までに平良市民センターへ

市民センターからのお知らせ

募集

平良市民センタークラブ
子どもお茶教室「春の体験教室」

お茶教室の子ども達といっしょに茶道を学んでみませんか。進級や進学のお祝いのおもてなしの工夫をしてみませんか。

期 日：令和8年3月21日（土）
14：00～16：00

場 所：平良市民センター 2階 和室

参加費：300円（和菓子と抹茶代）

申込み：今井弘子 TEL 090-8994-5935
※3月13日（金）まで

対 象：小・中学生 先着5名

持ち物：手拭き

※体験に必要なものは教室で準備します。

【クラブ員募集】

〈平良パソコンクラブ A〉

みんなで楽しむパソコン教室です。

活動日：第1・3水曜日13：30～15：30

場 所：平良市民センター 2階 第1研修室

募集人数：成人の方 3名程度

会 費：月額 2,000円

お問い合わせは平良市民センターへ

【活動報告】

消防避難訓練を実施

2月18日（水）

年に2回実施している消防避難訓練。1階交流スペースでモバイルバッテリーから発火した想定で、センター南側階段から1階へ降りて非常口から駐車場奥へ避難する計画で実施。エレベーターを使わず館内利用者（30名程度）が階段を使って安全に避難するのはかなり配慮が必要だと痛感しました。避難誘導も課題が見つけられました。



【令和8年度クラブ登録について】

来年度（令和8年度）市民センタークラブ登録を受け付けます。新しくクラブを始めようと考えている方は、市民センターへご連絡ください。

★クラブ登録の主な要件★

◎会員5人以上

◎クラブは、代表者・会計を置き、規約を持って運営すること

◎市民センター行事に参加・協力すること

◎学習の成果を地域に還元すること

★受付期間★

令和8年3月31日（火）まで

【図書コーナーから】

本棚を整理して、少しずつ本を入れ替えています。廿日市市にゆかりのある作家や内容、出来事の本、受賞作品や評価された本など、読後感の良い図書を選んでいきます。持ち運びやすい文庫も入れ替えました。貸出利用者も増えてきています。

『赤と青のガウン』 彬子女王

『へこたれてなんかいられない』 ジェーン・スー

『ヘルンとセツ』 田淵久美子

『謎の香りはパン屋から』 土屋うさぎ

『架空犯』 東野圭吾

『満月が欠けている』 穂村弘

『いま、日本は戦争をしている

- 太平洋戦争のときの子どもたち -』 堀川理万子

『C線上のアリア』 湊かなえ

『コンビニ人間』 村田沙耶香

「絵本」にも力を入れています。長く受け継がれてきている評価がしっかりした絵本を多く所蔵しており、大人になった私たちが再び楽しむこともできます。改めて手に取ってみてくださいね。物語の世界へあつという間に連れて行ってくれますから。



【うれしいお知らせ】

「中国新聞「読者の広場第681回1月」に入賞・入選！！」

[写真教室平良木曜会]の会員の方がお二人も入賞・入選の快挙です。中国新聞2月15日号に掲載されておりました。なんて嬉しいことでしょう。市民センターに記事を掲示していますので、ご覧くださいね。

1席 才上千代子さん「ぼくも祭りの一員だ」
入選 狩山睦江さん「100kgの重み」

【事務室から】

センター花壇にチューリップの芽がいっぱい顔を出しています。日本水仙と菊がそっと咲いていました。天気にも翻弄される毎日ですが、確実に春の足音、心が弾みます。出かけやすくなる季節はもうすぐ。多くの皆さまの笑顔に出会えますように。