

Public Hall

町公民館からのお知らせと話題

公民館主催講座 「ワーキング世代の講座」

- 講座内容
「ストレッチ・ヨガ」
- 日時
10月19日(木) 午前10時～午前11時30分
- 場所
町生涯学習センター研修室
- 講師
福井果林さん(下横田区)
- 参加料
無料
- 準備物
ヨガマット(お持ちの場合)、飲み物、動きやすい服装
- 定員
10名程度

- 公民館講座や町民大学などに関するお申し込み・お問い合わせ先
町教育委員会公民館事務局
☎096-234-2447(内線321)

のお手入れの指導を受けました。参加者は10人。つめの形の種類に合わせてやすり(バッファー)を



▲つめに合わせた手入れ方法を習う受講生の皆さん

9月9日(土)町農業研修センター「ろくじ館」で、「ネイルケア・カラー講座」を開催しました。講師は上村さつきさん(熊本市)で、好評だった昨年の開催に引き続きつめ

町公民館主催講座 ネイルケア・カラー講座

田瑞貴先生が手・足・肩の

に4月にオープンした町

フィットネスセンターの平

田総合保健福祉センター

前講座を開催しました。

館で、「健康づくり」の出

前講座を開催しました。

に4月にオープンした町

町公民館出前講座 フィットネスで健康づくり

9月13日(水)船津公民

館で、「健康づくり」の出

前講座を開催しました。

に4月にオープンした町

フィットネスセンターの平

田総合保健福祉センター

前講座を開催しました。

館で、「健康づくり」の出

前講座を開催しました。



▲町フィットネスセンターの平田講師と共に運動する参加者

使う手入れ方法と、甘皮の処理の仕方を学習。日ごろお手入れできない部分まで、時間を掛けてベース作りを

しました。次にカラーの塗り方を

実践。好みの色を選んで塗り、

シールやラメを付けて仕上げていきました。

参加者は、「コツを知ると自分の手がこんなにきれいになるね」と手を眺めていました。

軽い運動の仕方について実技指導。硬くなった筋肉を

和らげる仕方なども教わりました。最初は、「痛い痛

い」と言っていた老人会の皆さんも、「最後は体が軽くな

った」と楽しく体を動かされ喜んでいました。

平田講師は「特に手足を動かして運動する時は、掛け声を掛けながら息を吐くと認知症予防にもなりま

す」と、運動のポイントについて説明されました。

Human Rights

人権 ～心豊かに暮らすために～

平成29年度甲佐町人権教育講演会で本橋アナが講演

9月9日(土)町生涯学習センターで、「平成29年度甲佐町人権教育講演会」を開催しました。

「男女が対等なパートナーとして尊重し合える社会を目指し、性別に関係なく個性・能力を発揮し、充実した生き方を考える」ことをテーマに、「男(ひと)と女(ひと)のオモロイ話」と題して、くまもと県民テレビアナウンサーの本橋馨さんが講演。町民、地域リーダー、企業や町職員など238人が参加しました。



本橋さんは、男女それぞれの目線からみた「オモロイ話」を交え、家族の中でもお互い尊重し、より良い人生を送るための話をされました。

参加者の中には「人権教育はとても大切なことで硬く難しく考えることがありましたが、今回の講演会は本橋アナウンサーのお話で楽しく聞

くことができました」「夫婦間でも、改めてお互いの感謝の気持ちを表現し合いたいと思います」「事例を基にした話で実感があり、男女共同参画の意味がよく分かった」などの感想がありました。

すべての人にとってより良い関係作りのヒントが示され、充実した生き方を考える時間となりました。

- 人権に関するお問い合わせ先
町教育委員会社会教育課
☎096-234-2447(内線324)

Library

町生涯学習センター図書室からの10月のおすすめ図書

Library Information

図書室からのお知らせ

0歳児からのおはなし会について

図書室では、毎月第3木曜日に「0歳児からのおはなし会」を行っています。絵本の読み聞かせや、手袋人形、わらべうたなど楽しい内容です。

子育て中の保護者のみなさん、おじいちゃん、おばあちゃんも、子どもたちとお気軽にご参加ください。

日時 10月19日(木) 午前10時30分
場所 図書室おはなしのへや

司法権力に個人は抗えるのか 青木 俊著 / 『潔白』



幻冬舎 小説

30年前に北海道の小樽で発生した母娘惨殺事件に、前代未聞の再審請求が起こされた。すでに執行済みの死刑が、もし誤判だったら、国家は無実の人間を殺めたことになってしまう。偽造、隠蔽、証拠の破壊…。司法権力の威信をかけた攻防の行方は!?。ドキドキしてハラハラする展開の連続に引き込まれる骨太のミステリーです。

ハロウィーンのすべてを楽しもう

クリステル・デモワノ作 / 『ハロウィーンってなあに?』



主婦の友社 児童書

ちびっこ魔女のビビといっしょに、ハロウィーンのすべてを楽しみましょう。物語を読むすめううちにハロウィーンの由来がわかり、かぼちゃのランタンやタルト、リバンベルの作り方がわかります。さらにおばけやガイコツ、いじわるな魔法使いなどのこわ〜い仮装のしかたも紹介されていて、子どもも大人も楽しめるおすすめの本です。

ヤマト運輸の「働き方改革」 永井 隆監修 / 『ヤマト正伝・小倉昌男が遺したもの』



日経BP社 一般書

宅急便の生みの親にして、戦後の名経営者・小倉昌男の退任以降、ヤマトグループ歴代経営者5人が、その哲学をどのように自身の経営に生かしたのかをひも解く。社会問題となったセールのドライバーの労働環境の悪化についても語られ、本格的な「働き方改革」に乗り出している。消費者側の意識のありかたも深く考えさせられる1冊です。

有限な寿命を科学的に解き明かす

若原 正巳著 / 『ヒトはなぜ病み、老いるのか・寿命の生物学』



新日出版社 教養娯楽

ヒトはなぜ病気になるのか、なぜガンになるのか。遺伝子の病気とは、老化のしくみとは?。高齢化社会の中で、健康に過ごす方法、老後の過ごし方など膨大な情報が流布し、長寿への関心が高まっています。身近にある生、老、病、死などの寿命の問題を最新の科学的知見を基に解き明かしてくれる、とても興味深い1冊です。

町生涯学習センター図書室のご利用について

- 開館時間 午前9時～午後5時
- 休館日 毎週火曜日、年末年始
- 貸出冊数・期間 1人5冊まで、15日間

最愛の妻、美佐子さんを事故で亡くしたトラック運転手のヤスさん。深い悲しみのなか、3歳の息子アキラと2人きりの「とんび」と「鷹」の長い旅路が始まりました。

不器用で口の悪いヤスさんの愛情表現は、時にわずらわしいけど一途にアキラの幸せを願う気持ちが伝わり、切なくなります。ヤスさん親子を見守る周りの人達は、それぞれに哀しみを背負いながらも、ただただ優しく、投げかける一つ一つが

ここに沁みてきます。「ヤス、おまえはアキラの悲しみを飲み込む海になれ」両親のいないヤスさんの言葉は私自身親として胸に残りました。「幸せになりんさい。金持ちにも偉い人にもならんぞ。今日一日が幸せで明日が来るのが楽しみな、そんな生き方をしんさい。親が子に思う事はみんな同じじゃ。それだけなんじゃ」ヤスさんが語りかける

今月の案内人



仲光 和実さん(北早川区)

～ My Favorite Story ～ 私のおすすめ図書

『とんび』(重松 清)

昭和37年、28歳のヤスさんに長男・アキラ誕生。この日から、「とんび」と「鷹」の長い旅路がはじまった。日本一不器用で愛すべき父親の物語。



言葉には温かな涙があふれます。親は愚かでしんどい、けれど幸せだと気付かされる1冊です。

- あなたの「おすすめ図書」をご紹介しますませんか?
町生涯学習センター図書室
☎096-234-2447(内線331)