

# みのりの丘



発行者 袖ヶ浦市平岡公民館 〒299-0211 袖ヶ浦市野里1563-1 TEL (75) 6677

題字 松永信彌子(野里)

## むにゅ・ムニュスライムを作ろう!

## ～ ひらおか子ども教室 ～



6月24日(土)に井上 勝先生をお招きし、身近にある安全な材料を使って「あんぜん! むにゅ・ムニュスライム」を作りました。

スライムを作るポイントは、材料を混ぜる順番と、がんばってひたすら混ぜることと伝えると、子どもたちは一生懸命に材料を混ぜ合わせていました。そして、段々と固まっていく様子を見ながら、目を輝か

せていました。中には固まらず苦戦をしている子どもたちもいましたが、その固まらないトロリとした感触がかえって面白いと大はしゃぎしている子や、どうしたら固まるのだろうと試行錯誤を続けている子などがいて、楽しく教室ができました。

個体と液体の性質を合わせ持つといわれるスライム。子どもたちに「スライムって不思議な物質だなあ。」と興味を持ってもらえれば大成功です。これからも子どもたちの科学に対する興味や関心を育てて行きたいと思います。参加してくれた子どもたちどうもありがとうございます。またの参加をお待ちしています。

## 漢方流 季節の養生法

## ～ わくわく女性倶楽部 ～

6月21日(水)に、「漢方」についてのお話を伺いました。講師は田園薬舗の矢野 純子先生です。

初めに、夏を乗り切るための養生の仕方(毎日の過ごし方)や、旬の食材についての調理ポイントやレシピ等を教えていただき、皆さん真剣に先生のお話を聞いていました。

後半は、「からだタイプ自己診断」をしました。自分の体の様子について当てはまるものを選び、気力・活力不足、ストレス、巡り不足、虚弱、水分不足、水分停滞など、自分のタイプを自己診断します。

そのうえで、タイプにあった生活習慣についてのアドバイスや、おすすめの健康素材などを教えていただきました。

また、健康維持と美容をサポートするといわれているハト麦茶の試飲なども行い盛りだくさんで充実した講座となりました。

これから暑い夏がやってきます。皆さんも「漢方」を上手に取り入れて、元気に過ごしましょう!



## いつもありがとうございます!

## ～皆さんの行動が地域をハッピーにする!!～



平岡公民館に鯉のぼりを掲げてくださった野里地区の皆さんと袖ヶ浦花咲か委員会の皆さん



平岡公民館の正門花壇を整備してくれているガーデニングとヨガの会の皆さん



通学路の草刈りやごみ拾いをしてくれている「のざといいきくらぶ」の皆さん

## 令和5年度ロビー展示予定表



「さわらび短歌会」様の作品展示を6月16日から7月14日まで実施しています。

公民館にお越しの際にご覧ください。今後の予定は次のとおりです。

- 柗の郷 入所者作品 7月15日～8月15日
- 袖ヶ浦俳壇 俳句 8月16日～9月13日
- 伝統工芸保存会 和風 9月14日～10月13日
- 袖書会 書道 11月9日～12月12日
- 平川中学校・平岡小学校 児童生徒作品 1月・2月中

## 平岡の防災力アップ↑↑↑ -時系列の行動-

<地震発生後～3分>

地震は、自宅にいるときに来るとは限りません。どんな時でも安全な避難ができるよう、シチュエーションごとに、とるべき行動を紹介します。

エレベーターに乗っているとき	すべての階のボタンを押す。停止した階で状況を確認し、安全であれば降りる。閉じ込められてしまったときは、非常呼び出しボタンを押して、救助を求める。
車に乗っているとき	スピードを落としながら、道路の左側に止めてエンジンを切る。揺れがおさまるまで様子を見る。ラジオで情報収集も○。避難が必要な場合は、キーはつけたまま、ドアロックもしない。
電車に乗っているとき	座っている場合…カバンなどで頭部を守る 立っている場合…手すりやつり革にしっかりつかまる。スペースがあれば、姿勢を低くして身を守る。

どんな時も、落ち着いて行動しましょう。

## 平岡の REKISHI (歴史)

私の住んでいる野里地区にも、地区のしきたりや言い伝えがあります。

次にその実例を紹介します。

- 塩は昼間のうちに買っておくこと。
- 友引や仏滅の日に病気見舞いに行かない。
- お見舞いやお祝いは午前中に行くこと。
- 友達や知人に物をあげるときは奇数にする。
- 洗濯物は北向きに干さない。
- ご飯を食べてすぐに横になると牛になる。
- ぼくがかかっているとき、お宮参りをしない。

## ～地域のしきたりや言い伝え～

- 月の7日は、山仕事をしない。
- お茶で墨をすらない。
- 北枕で寝ない。
- 鍬の土は金物で洗うな。

これらは、「迷信」といえばそれまでですが、相手がある場合、相手の方が気になさるようならば、控えておいたほうが良いようです。

出典「禁忌」森竹保次、袖ヶ浦市史研究 3号

(野里 伊藤鉄夫)

## 図書室からのお知らせ

### 夏のトショロ月間

袖ヶ浦市の図書館・図書室では7月14日(金)から8月15日(火)の間、夏のトショロ月間として子ども向けにいろいろなイベントを行います。

平岡公民館図書室では、「としょかんでなつのうみをつくろう!」と「おしえて!きみのすきな本」を実施します。また、8月30日(水)まで「宿題お助けコーナー」も設置し、夏休みの宿題に役立つ本を用意しています。

ぜひ、みなさん参加してみてください。

## おもな行事予定

### 7月

- 13日(木) 社会教育推進員会議
- 14日(金) 小学校家庭教育学級  
合同講演会 10:00～ 根形公民館
- 15日(土) 夏季愛のパトロール 1/4
- 20日(木) 名幸ヶ丘の会役員会、理事会
- 23日(日) みんなでつくる避難所講座移動教室  
「子ども防災教室」千葉県西部防災センター
- 28日(金) 夏季愛のパトロール 2/4

### 8月

- 2日(土) ひらおか子ども教室移動教室  
「ボルダリングにチャレンジしよう!」千葉県少年自然の家
- 3日(木) 文化・スポーツまつり実行委員会

