



## 工作・閉級式(宇佐子ども体験教室)

1月14日(土)、宇佐子ども体験教室で工作と閉級式が行われました。

工作では、岩尾弘先生を講師にお迎えし、ペットボトル自動車を作りました。先生が材料を事前に準備して下さり、簡単に作ることができそうでしたが、ゴムを通すのが難しく、意外と手こずりました。また、途中でゴムが切れて、何回も作り直す子もいました。最後は参加者全員で一斉に走らせて楽しく遊ぶことができました。

最後に閉級式で修了証渡しや感想発表等が行われ、無事に全7回の体験教室を終了することができました。



## 新年お楽しみ会(天津婦人学級)

1月19日(木)に天津婦人学級で新年お楽しみ会がありました。学級委員長や分館長のあいさつに続き、久しぶりに全員での歌声コーラス、「まちがい探し」「一筆書きを見つけろ」(頭の体操)、ビンゴゲームと、たくさん楽しみました。特に頭の体操は難しく、時間をかけてじっくり取り組みました。

コロナ以前にはカラオケや食事会も行っていましたが、残念ながらできないため、弁当は持って帰りました。あらためて1日も早いコロナの収束が待たれます。



## 認知症出前講座(糸口高齢者学級)

2月10日(金)に糸口高齢者学級は社会福祉協議会より講師をお迎えし、昨年度に引き続き認知症出前講座を行いました。

はじめに「認知症チェックリスト」をもとに現在の自分の状況を確認した後、高齢期の生命と生活の質の向上について話がありました。向上のためには、食生活の改善や運動の推進、ストレスの緩和、フレイルの防止などが大切であることが分かりました。

最後に簡単な体操をして、盛り沢山の学習を終わりました。



## 公民館学級に参加してみませんか

令和5年度四日市公民館では下表の9の公民館学級学級が活動を行う予定です。年々学級生が減少しています。そこで、各校区にお住まいの方の公民館学級への参加を募集いたします。

	学級名	活動日		学級名	活動日
高齢者	八幡高齢者学級	第2金	婦人 (女性)	横山女性学級	第2水
	麻生高齢者学級	第3月		天津婦人学級	第3木
	天津高齢者学級	第2金		麻生婦人学級	第4月
	高家高齢者学級	毎月8日		四日市婦人学級	第2水
					長峰婦人学級

ふれあいを深めることを目的に活動をしてみたい方のご参加をお待ちしています。※希望者は四日市公民館(☎32-0342)までご連絡下さい。

三月十三日からマスクの着用が緩和されるようになり、しかし、新型コロナウイルスへの感染が緩和されたわけではありませぬ。今後とも公民館活動への皆様のご理解とご協力をお願いいたします。