

# 長糸公民館だより

長糸公民館ホームページ <http://www.city.itoshima.lg.jp/site/nagaito/>



糸島市立長糸公民館  
Tel 323-2032

## \* 12月・1月の行事予定 \*

12月	16日(土)	白糸寒みそぎ
	17日(日)	長糸WAKU2キッズ 「UVレジンのアクセサリー」
	20日(水)	あいさつ運動
	22日(金)	長糸小学校終業式
12月29日(金) ~ 1月3日(水) 公民館休館		
1月	7日(日)	消防出初式
	8日(月)	糸島市成人式 会場：伊都文化会館(前原地区)
	9日(火)	長糸小学校始業式
	12日(金)	健康づくり講座 「ヨガの呼吸法で風邪予防」
	17日(水)	あいさつ運動
	19日(金)	健康づくり講座 「ヨガの呼吸法で風邪予防」
	28日(日)	糸島市長・市議選挙

行事予定は、変更になる場合があります

## あいさつ運動

【第1・3水曜日 7:45~】

12月20日、1月17日

12月の担当：校子連  
1月の担当：市同協長糸支部運営委員  
行政区人権同和推進委員

長糸小学校児童登校時の  
見守り声かけ活動です



## いこいの家に来てみませんか

12月は お休みです

今回は1月26日(金)「長糸小4年生との交流会」の予定です。

## 年末年始休館のお知らせ

長糸公民館および長糸いこいの家は、  
下記のとおり休館いたします。  
ご迷惑をおかけしますが、  
よろしくお願いいたします。



平成29年12月29日(金)  
~平成30年1月3日(水)

## 忘れ物

長糸公民館では公民館利用者及び、長糸夏祭りなどの際の忘れ物をお預かりしています。およそ、半年を目途に処分しております。心当たりの方は、公民館をお尋ねください。



## 糸島市成人式について

平成30年糸島市成人式が次のとおり開催されます。

日時：平成30年1月8日(月・祝)

受付 11:30 / 開式 12:00

場所：伊都文化会館(前原地区)

対象：平成9年4月2日  
~平成10年4月1日生まれの方

その他：市外に住居登録がある新成人で、糸島市での成人式を希望する方は、市生涯学習課社会教育係(TEL 332-2092)までご連絡ください。その他詳細も同係まで。



長糸校区の新成人対象者は17名です!

## \* 公民館講座のご案内 \*

### 呼吸・姿勢・瞑想で自立神経を整える② イスを使ってゆったりヨガ

呼吸法が中心のゆったりとしたヨガを体験しませんか? イスを使うので身体の固い方、脚が悪い方も大丈夫。2回連続講座です。

日時：1回目...平成30年1月12日(金)  
14:00~15:30

2回目...平成30年1月19日(金)  
14:00~15:30

会場：長糸公民館 和室

講師：高杉龍元さん(糸島市地域活動指導員)

定員：15名程度(先着順受付)

参加費：無料

その他：水筒(水分補給のため)・バスタオル・  
ハンドタオル持参(あればヨガマット)  
動きやすい恰好でおいでください

申込・問合せ先：H30年1/9(火)まで 公民館へ



### WAKUWAKUキッズ ~ 大学の先生に学んじょう! 折り紙でふしぎな立体を作ろう

正方形や長方形の折り紙をたたんでできる平行四辺形に色々な折り目をつけて組み合わせ様々なふしぎな立体を作ります。

いまや宇宙開発にも応用される科学技術に繋がる折り紙の世界を体験してみませんか?

日時：平成30年2月3日(土)  
時間：9:30~12:30

会場：長糸公民館 会議室

講師：藤田敏治さん(九州工業大学 工学研究  
院 基礎科学研究系 数理科学部門 教授)

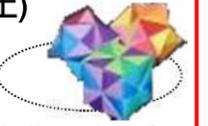
定員：20名程度(先着順受付)

対象者：小学生以上どなたでも大歓迎!!

小学生 中学生 大人

参加費：無料

申込・問合せ先：H30年1/30(火)まで 公民館へ



お問い合わせ・申し込みは、長糸公民館 Tel&Fax 323-2032

## ♪♪♪ ご来場ありがとうございました ♪♪♪

### 市同協長糸支部 人権週間行事 作文発表と映画祭

12月2日(土)市同協長糸支部では人権週間行事として、前原中学校生徒による人権作文発表と映画「徘徊~マリン87歳の夏」上映を行いました。

作文発表での朝鮮人差別問題、映画での高齢化・認知症・介護問題。参加されたみなさんは、身近な「人権」を自からの問題として捉えるよい機会になったようです。



人権作文を発表する前中3年の古藤さん



牧園支部長、中野副支部長からの質問への受け答えもしっかりと

### 校区社協・公民館共催 長糸ほのぼのコンサート

12月9日(土)長糸ほのぼのコンサートが開催されました。今年はオカリナ、ベリーダンス、男声合唱団、マンドリン、ギター、3B体操、ピアノに草笛と幅広く、会場は楽しく大いに盛り上がりしました。



オカリナ・アンサンブル あすなるの皆さん



ピアノと草笛で親子共演



心に響くギターの弾き語り



男声コーラス「快演隊」



美しいマンドリンの響き



楽しく3B体操!

美しく情熱的なベリーダンス

**警戒!** 年末年始の飲酒運転 防犯は隣近所の声かけから  
しない! させない! 許さない! 見逃さない!



本年度の被表彰者のみなさん

新成人仲良し4人組

新成人からのビデオレター



大忙しの食バザー

# 第90回 長糸郷土振興大会 フォトアルバム 第16回 長糸ふれあい文化祭



美味しいものいっぱいのランチルーム



身体は小さくても腕前は一人前!



見事に揃った扇の舞



6年生の将来の夢



ダンスもバッチリ!!



声と気持ちを合わせて  
全校合唱



アナログ楽器の音色を感じる贅沢!



躍動感あふれる  
中学生のダンス



趣味の作品も玄人はだし



軽やかな歌声が響きます



元気いっぱい!  
保育園児の和太鼓



練習の成果を披露できました



みなさんのセンスに脱帽



三味線の音色に合わせ声を出しましょう!



伝統の調べを堪能



力強いステージに子ども達も集中

11月18日(土)、長糸小学校にて第90回長糸郷土振興大会、第16回長糸ふれあい文化祭が開催されました。校舎内では保育園・小学校の子ども達から地域の方々まで多種多様な作品が展示され、ランチルームやピロティは食バザーを楽しむ人で大賑わい。ステージも体育館で千姿万態な出し物が次々と披露され、最後はゲストの二丈絆太鼓のみなさんの熱気あふれるパフォーマンスに会場から大きな拍手が贈られました。今年には郷土振興大会と文化祭を小学校での1日開催としたことで、コンパクトながら参加しやすいイベントとなったようです。終日多くの来場者で賑わい大好評のうちに終わることができました。

## 禅の極意～調身・調息・調心

11月24日(金)長糸エンジョイ倶楽部では、宝林寺(本区)の高山ご住職をお招きし「禅」に即した身体の整え方を学びました。

受講生は、イスや座布団を使った座禅や経行など禅宗独特の作法の他、「ひもトレ」というちょっと変わった体操を体験。身体も心もリフレッシュできたようです。



不思議な体験～ひもトレ

自分に合った形を見つけましょう

## 美味しい味噌にな～れ!

### 公民館サークル「長糸いちごみるく」

いちごみるくさんでは、今年も公民館でお味噌を仕込みました。

大先輩に習っていた工程もすっかり身に付き、今回は自分達だけできばきと作業終了。さて、どんな味に仕上がったのでしょうか?



みんなで作ると楽しいね!



空気を抜きながら  
糺に詰めます

味噌作りもすっかりベテラン?

## いま話題のあの場所へ!

公民館講座エンジョイ倶楽部ではまちづくり委員会歴史文化部会と合同のバス研修として宗像市・福津市へ。

実際に活動している観光ガイドの方から、その役割や組織について学びました。



世界遺産登録で注目の宗像大社



CMで話題の「光の道」～宮地嶽神社 観光ガイドについて学習

## そうめんちりで味覚チェック!

「69.7%」、これは長糸校区で血糖値が高めの人の割合です(1)。今回の健康づくり講座では、地元のそうめんちりと栄養士さんのレシピの食べ比べでした。各チームが使ったキザラと醤油の量の違いにビックリ。減塩・減糖は日頃の食習慣の見直しが大切です。まずは、自分の味覚をチェックしてみることがおすすめです。



この数字は何を表してるでしょう?(※1)

栄養士レシピチームです

## 公民館ロビーはミニギャラリー



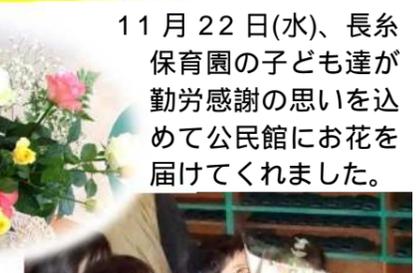
異なるアートのコラボレーション



絵ががきサークルの作品を展示中



中原一さん(飯原)の見事な菊の大輪。1カ月以上もきれいに咲き続け来館者を出迎えてくれています。



11月22日(水)、長糸保育園の子ども達が勤労感謝の思いを込めて公民館にお花を届けてくれました。