

# 宮川生涯学習センターだより

暦の上では2月4日は「立春」で春の始まりですが、まだまだ寒い日が続きます。暖かい春の訪れを心待ちにしながら、体調管理に注意して過ごしましょう。



## 活動報告

### 健康寿命を延ばそう② 「しっかり貯筋(ちょきん)体操」

- 12月21日(火)、宮川生涯学習センターにて高齢者講座を開催しました。
- 人気講師の宗像由加里先生と共に「マスふみ運動」など楽しい学びの時間を過ごしました。



### 成人講座

### とんぼ玉でストラップを作ろう

- 1月20日(木)、宮川生涯学習センターにて成人講座「とんぼ玉でストラップを作ろう」を開催しました。
- ヒモの編み込み(みょうが編み・つゆ編み)に苦戦しながらも、参加者はオリジナルのストラップを完成させることが出来ました。



### 青少年講座「冬の森を探検しよう！」

1月22日(土)、町内在住の(公社)日本自然保護協会自然観察指導員の片山紀彦氏、玲子氏を講師にお迎えして、地元の小山スキー場で青少年講座を開催しました。

雪山を歩く『かんじき』にも初挑戦し、山に生息する動物たちの足跡を観察したり、葉が落ちて春を待つ植物を触ったり匂いをかいだりしました。

観察が終わったあとはゲレンデでソリ滑りと、雪遊びを楽しみました。



野うさぎの足跡



タラの芽

## 令和4年 藤川地区「新春のつどい」

1月16日(日)、宮川生涯学習センター藤川体育場にて藤川地区「新春のつどい」を開催しました。49名の皆様が一堂に初顔合わせをしました。

主催者あいさつ・来賓祝辞の後、馬場幹山様、矢部律子様による「お箏と尺八の調べ」の演奏があり、杉山町長の「住んでよかったと思える一笑顔あふれる町へ」と題し、講話を頂戴しました。



## 「永井野地区新春の集い」

1月23日(日)会津美里町複合文化施設じげんホールにおいて「令和4年第7回永井野地区新春の集い」を開催しました。90名の永井野地区の皆様が集い新春を祝いました。

杉山町長から「住んでよかったと思える一笑顔あふれる町へ」と題し講話を頂戴しました。引き続き未央の会様・小林謡月様による5面の箏と尺八の演奏でとても華やかな会となりました。



浅沼実行委員長挨拶



### ★講座のご案内★



参加者募集!!

## 令和3年度会津美里町自殺対策事業「傾聴研修会」

～ひとは誰でも誰かに「聴いてもらえること」を必要としています～

老いや病に直面した時、その思いを共感してくれる人の支援があれば心の負担が軽くなり、生きる力がわいてきます。

相手をありのまま受け入れ共感する、本当の寄り添い方が学べます。

日時：令和4年3月2日(水) 午前10時～11時00分  
(受付：午前9時30分～)

場所：宮川生涯学習センター  
内容：上手な傾聴の仕方について  
講師：会津大学短期大学部

幼児教育学科 准教授 木村 淳也 氏

定員：30名

申込先：役場健康ふくし課 健康増進係 (電話55-1145)  
しめきり：2月25日(金)

## 傾聴

「家族の気持ちを  
わかりあいたい…」

「話をきいてあげて、  
誰かの役に立ちたい…」

〈3月は自殺対策強化月間です〉



お知らせ!

2月のうんどう教室

新型コロナウイルス感染症予防対策として

2月のうんどう教室は**中止**とします。

3月の開催については「センターだより」にて  
お知らせ致します。