

公民館図書室で読み聞かせをやっています！

令和6年11月から星が丘公民館図書室の「読み聞かせ」コーナーで、毎月4回程度、絵本の読み聞かせを開催しています。

●対象：0才から小学生と保護者

●申込：不要（無料）

～1月・2月の開催日～

・1月8日(水)午後3時～3時30分

・1月18日(土)午前11時～11時30分

・1月21日(火)午前11時～11時30分

・1月30日(木)午前11時～11時30分

・2月5日(水)午後3時～3時30分

・2月15日(土)午前11時～11時30分

・2月18日(火)午前11時～11時30分

・2月27日(木)午前11時～11時30分

※2月15日(土)と18日(火)は図書室休室日のため、保育室で実施します。

第51回星が丘公民館まつり開催

3月1日(土)

10:00-16:00

開会式：9時30分

ステージ発表、認知症アプリ体験、作品展示、茶道体験、工作教室、模擬店等

3月2日(日)

10:00-15:00

閉会式：15時00分

音楽コンサート、ピンポン玉移し、作品展示、模擬店等

詳しくは、2月中旬から公民館で配布するプログラムをご覧ください。

新着図書のご案内

大人の本

・『うそコンシェルジュ』

・『百年かぞえ歌』

・『人魚が逃げた』

・『街角ファンタジア』

・『恋とか愛とかやさしさなら』

・『眠れない夜のために』

・『青い絵本』

・『坂の中のまち』

津村 記久子

大崎 梢

青山 美智子

村山 早紀

一穂 ミチ

千早 茜

桜木 紫乃

中島 京子

子どもの本

・『こてんちゃんがきた！』

・『ぞうくんのおおゆきさんぽ』

・『ハリネズミのチクチク』

・『へびのニョロリンさん』

・『日曜日生まれの子』

・『藤井聡太ものがたり』

・『ぼくはぼんこつじはんき』

・『はたらくくるまたちのたけしごと』

いとう みく

なかの ひろたか

ふくざわ ゆみこ

富安 陽子

中脇 初枝

藤井 聡太

由美村 嬉々

シェリー・ダスキー・リンカー

図書室からのお知らせ

☆利用者の皆様へ

システム機器などの更新作業のため、令和7年2月12日(水)から2月25日(火)まで休室となります。

休室による貸出期間の延長については、図書室スタッフにお問い合わせください。

図書室のお休み<<■休室日>>

1月

2月

3月

日 月 火 水 木 金 土

日 月 火 水 木 金 土

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4

1

1

5 6 7 8 9 10 11

2 3 4 5 6 7 8

2 3 4 5 6 7 8

12 13 14 15 16 17 18

9 10 11 12 13 14 15

9 10 11 12 13 14 15

19 20 21 22 23 24 25

16 17 18 19 20 21 22

16 17 18 19 20 21 22

26 27 28 29 30 31

23 24 25 26 27 28

23 24 25 26 27 28 29

30 31

30 31

※毎月第4日曜日：公民館休館日

※年末年始の公民館休館日：12/28(土)～1/3(金)

※システム機器等の更新作業に伴う図書室休室日：2/12(水)～2/25(火)

星が丘

発行日 令和7年1月1日

発行 相模原市立星が丘公民館

相模原市中央区星が丘 3-1-38

電話 042-755-0600

編集 館報委員会

館内人口 17,704人(男8,888人女8,816人)

世帯数 8,717世帯(令和6年12月1日現在)

12/13 Fri

安心・快適な毎日のために！

シニア交通安全教室

相模原警察署の協力で、高齢者の交通安全について学び考える、安心・快適な暮らしのための講座が開催されました。同署交通総務係の下地さんが中央区の交通事故状況や統計数値を基に交通ルールやマナー・運転免許返納等について説明されました。

交通安全の楽しい紙芝居

紙芝居作家 本多 ちか子さん

交通安全エアロビックス

(トラビックス)

運転免許返納者体験談

腰永小百合さんより

トラビックスのレクチャー

神奈川県警の高齢者交通事故防止キャラクター「腰永小百合」おばあちゃんはダンスとトークで、紙芝居作家「本多ちか子」さんは交通安全の紙芝居で楽しく交通事故防止を訴えました。また、自主的に運転免許を返納された市内並木在住の田中さんとご家族の方からは、その体験をお伺いしました。

道路の横断や自転車の乗り方、そして車の運転においても歳を重ねると身体機能の低下に気づかず無理をしてしまうことがあります。

私も高齢ドライバーです。長年運転を続けてきたので免許返納は大きな犠牲を伴い、生活の質を維持することが難しくなり、生きる楽しみにも影響します。しかし、いつか運転ができなくなるときが来ます。

この講座を取材して、免許返納した後の生活を考え始める良い機会となりました。

安全運転相談ダイヤル：#8080

目次

P1

P2

P3

P4

シニア交通安全教室

自主企画提案事業

星が丘・オールドファスト、星が丘パーク、秋のハイツ、落語の世界

読み聞かせ、公民館まつり開催のお知らせ、新着図書の紹介、図書室からのお知らせ、編集後記

11月から3月まで 自主企画提案事業

自主企画提案事業とは、地域での知の循環を図るため、市民が培った知識・技能や活動成果等を地域に還元する仕組みとして、市民の自主的な運営による提案型の事業です。

はじめてのフラ! 踊ってみよう 11/1²⁰²⁴ Fri → 12/13²⁰²⁴ Fri 4回講座



モアナフラスタジオインストラクター古賀かなこ先生にご指導いただきました。

ゆったりとハワイアンミュージックが流れる会場では、30代から80代までの参加者 10 名がフラの衣装に着替え、髪飾りをつけて準備しながらわくわくドキドキ。まず、ひざを軽く曲げてフラの基礎ステップを繰り返しゆっくりと練習しました。先生の振り付け通りに一曲を踊り終わると、皆さん、満面の笑みで楽しさが伝わってきます。フラのスカートも左右にゆれて、すっかり南国気分を満喫しました。

..... やってみよう太極拳入門 11/3²⁰²⁴ Sun → 12/8²⁰²⁴ Sun 5回講座

心と身体をすこやかに整える健康法のひとつ、太極拳の 24 式の動作を行いました。日本武術太極拳連盟公認指導員で、サークル「旗と星」で指導している小笠原千枝子先生に基礎となる動作を学びました。始める前の軽いストレッチで身体をほぐして 24 式の「開歩」から始まり、ひとつひとつの動きはゆっくりとしなやかで流れるように全身を動かします。まるで木の葉がそよ風に揺れて舞い落ちる動きのようで美しいです。動物の動きを真似た動作も多くあって、どれも理にかなった動きなのでしょう。終わってみると一般的な体操とは違う爽快感があり、これも太極拳の魅力だと思いました。



棒コンディショニング教室 はじめての短歌

11/6²⁰²⁴ Wed → 11/27²⁰²⁴ Wed 4回講座

健康運動指導士の菅原謙太先生の指導で「全身のバランス力をつけましょう！」を目標に行いました。

1 メートルほどの杓の棒を使い、転倒防止・バランス向上・柔軟性の向上・筋力維持を目的とした若い人や高齢の人にも適した、動的バランストレーニングです。

強い運動ではありませんが、終わると身体が軽くなったような気がしました。



11/10²⁰²⁴ Sun → 3/23²⁰²⁵ Sun 5回講座

浪川小百合先生のご指導で短歌の基礎・技巧について学び、五・七・五・七・七の 31 文字に思いを込めて歌を詠んでみました。かつて短歌は硬いイメージでしたが、俵万智さんの「サラダ記念日」でぐっと身近になったように感じます。五・七・五・七・七...と指を折りながら、感性とイメージをふくらませ、奥深い短歌の面白さを知ると、にわか歌人の仲間入りです。



笑いヨガ 11/12²⁰²⁴ Tue → 3/4²⁰²⁵ Tue 5回講座

笑いヨガとは、笑いヨガの呼吸法を合わせた健康体操です。ヨガの呼吸法を使い「ハハハハハハ」と笑うことで、簡単に多くの酸素を身体に取り入れ、心身共にすっきりと日々のストレスを発散し、笑顔から健康になることが目的です。

NPO 法人日本ラフターヨガジャパン笑いヨガリーダーの青木由子先生を講師に行っています。



10/20
Sun

第47回ふるさとまつり・第14回ふれあいフェスティバル

体育



体力測定

頭上に広がる秋空の下、第 47 回星が丘地区ふるさとまつり・第 14 回ふれあいフェスティバルが星が丘小学校校庭で開催されました。

公民館体育委員会の体力測定で身体の状態を確認する様子や、公民館学習文化委員会の「折り紙体験」とペーパークラフト「UFO とブーメランをつくろう」では、子どもたちが器用に手を動かし、楽しそうに作品を作っていました。

学習文化



折り紙体験 / ペーパークラフト

10/6
Sun

リニューアルオープン記念 オータムフェスタ

星が丘公民館のリニューアルを記念した秋の祭典、「オータムフェスタ」が開催され、展示の部では 9 月上旬から俳句・絵手紙・写真サークルの作品が公民館ロビーと階段に展示されました。

ステージの部では、10月6日(日)に公民館大会議室において、星が丘公民館利用サークルを中心に他地区の利用サークルも合わせて 16 組が日頃の練習成果を発表しました。

多彩な演目が披露され、大変な盛り上がりとなりました。



展示の部



ステージの部

11/17
Sun

星キッズパーク

子どもたちが企画・準備・運営を担う「星キッズパーク」が開催されました。小学 4 ～ 6 年生が実行委員となり、射的ゲーム・しおり作り・スイーツの模擬店などが行われました。

りんご飴やチョコバナナのお店には開店早々に行列ができる大盛況。

相模原市のマスコットキャラクター「さがみん」や緑区のイメージキャラクター「ミウル」も登場して記念撮影。

たくさん子どもたちが楽しんだ心地よい秋晴れの日でした。



10/27
Sun

秋のハイキング 横浜市都筑区健康づくり南コース

まだ、紅葉には早かったですが、曇り空のなか、30 名の参加者が秋のハイキングを楽しみました。

横浜市営地下鉄東山田駅から「かなりあ公園・南コース」に沿って散策し、その後、葛が谷・鴨池公園を経由し、家々に囲まれたオアシスの様な池・水辺・緑道を経て、6.5 km の道程を終えました。



11/23
Sat

落語の世界「講座 DE 高座」 ～大学生と一緒に江戸の笑いの世界へ～

東海大学落語研究部の部員が解説し、演じる落語講座に参加しました。講師は大学にちなんで芸名に頭下位亭がつく頭下位亭幽玄、ぽん、光原子の 3 名の女子学生さんです。

講座の前半は落語の所作の基本(口調・上下・声元氣)について実際に話を演じながら解説され、後半に 3 席の落語が披露されました。

はじめは「女子学生が落語？」と少し驚きましたが、皆さんなかなか歯切れよく上手な話っぷりで、話の内容もわかりやすく感心しました。また、落語の中で各々が自己紹介されたのですが、光原子さんが原子力工学専攻とのことで笑ってしまいました。

東海大学落語研究部は今回のような講座や老人ホームの慰問・地域の行事参加等の活動されており、今後ともご活躍を期待します。(横山 K.S)



講師と学習文化委員で写真撮影