

にいがた秋葉っ子ふゆまつり2025

- ◆日時 1月26日(日) 午前11時~午後3時半
- ◆会場 秋葉区総合体育館
- ◆内容
 - 「ミニゲーム」
 - 「ガラポン抽選会」
 - 「スタンプラリー」
 - 「レンジショー」
 - 「飲食販売」など
- ◆後援 新潟市 新潟市秋葉区 社会福祉協議会
- ◆持ち物 内履き
- ◆問い合わせ先 にいがた秋葉っ子ふゆまつり実行委員会 TEL: 0250-47-3415 ディンプルアイランド あおぞらクラブ中野 内

小須戸地区公民館

運動不足になりがちな冬期間に みんなで体を動かしてみませんか?

体験! ニュースポーツ入門



モルック ボッチャ カーリンコン ラダーゲッター
スリッパ卓球

- ◆日時 令和7年1月25日(土) 午後1時半 ~ 3時半
- ◆会場 小須戸地区ふれあい会館(秋葉区矢代田35)
- ◆対象 小学生以上(定員なし)※小学生は保護者同伴
- ◆持ち物 内履き・タオル・飲み物
- ◆その他 申込不要、参加費無料。当日直接会場へお越しください。

◆主催 小須戸コミュニティ協議会、山の手コミュニティ協議会、小須戸地区スポーツ振興会、小須戸地区公民館
◆問い合わせ先: 小須戸地区公民館 0250-25-5715 (平日午前8時半~午後5時)
○当日、風邪症状(37.5度以上の熱・せきなど)のある人は参加できません。

公民館事業紹介

こすど地区公民館報

発行/編集 小須戸地区公民館 〒956-0101 新潟市秋葉区小須戸120番地5
TEL (0250) 25-5715 FAX (0250) 38-5210 E-mail kosudo.co@city.niigata.lg.jp

公民館 ホーム ページ

地域連携の「象徴」

南 昌弘さん (小須戸中学校長)

中学校の玄関ホールには、昭和二十六年に購入された精工舎(現SEIKO)製の柱時計が飾られています。手巻き式の柱時計ですが、今も振り子がしっかりと動き、時計は同年秋に地域貢献活動の一つとして行われた「イナゴ獲り」の収益で購入されました。当時の学校日誌の記録によれば、約二六トンのイナゴが収穫されたことなから、小須戸中学校が創立当初から地域と共に歩む学校であったことに、私は感銘を受けました。この柱時計は、小須戸中学校が地域と共に歩んできた「象徴」といえます。時計の振り子が今もなお動く様を見るに付け、これまで小須戸中の歩みに思いを馳せる毎日を

送っています。お近くにおいでの際は、「地域連携の象徴」をぜひご覧ください。

小須戸老人福祉センター「リバーサイドシネマ」



2月4日(火)午後1時半から3時半の上映作品は「こどもしよくどう」(2019年制作、93分)です。
【あらすじ】豊かに見える日本社会のひずみを受け、満足に食事をとることのできない子どもたちがいる。子どもの目線から現代社会の貧困問題を描いた物語です。吉岡秀隆、常盤貴子出演
映画鑑賞だけの入場は無料。申込不要、当日直接会場へお越しください。(駐車台数に限りがありますので、お乗り合わせや公共交通機関を使ってお越しください。)

文化協会サークル紹介 vol.16 「小須戸フラダンスサークルオーキッド」



「小須戸フラダンスサークルオーキッド」は小須戸まちづくりセンターで、第1・3・4火曜日の午前10時15分から正午まで講師を招き6人の会員で活動しています。秋葉区内で開催される芸能祭などを中心に発表をしています。フラダンスには、古典フラと現代フラがありますが、小須戸フラダンスサークルオーキッドは主に現代フラを踊っています。ゆるやかな音楽に合わせて足を前後左右、かかとは上下に動かしながら、上半身は動かさず、優雅にしなやかに踊ります。講師は、次の動作の指示をハワイ語でします。「笑顔も忘れないで」との声かけも。「フラダンスを始めて、姿勢を気にするようになった。」「気持ちが明るくなった。」と会員の皆さんはお話してくれました。興味のある方は活動日に直接お越しください。お待ちしております。

活動の様子

公民館の力強い助っ人
「公民館活動協力員」を募集します。
あなたもやってみませんか？



活動協力員会議の様子

現在、小須戸地区公民館には、7人の公民館活動協力員が委嘱されており、様々な場面で、公民館事業などのお手伝いをお願いしています。この度、新年度よりお手伝いいただける公民館活動協力員を募集します。

◆委嘱期間

令和7年4月1日から
令和9年3月31日まで

◆職務の内容

年2回の協力員会議に出席して、公民館事業に対する意見を求めたり、実際の公民館事業への参画など。

◆報酬

年額 18,000円

◆お申込み・問い合わせ

小須戸地区公民館
電話 0250-25-5715
(平日9時から17時まで)

【入選】 彫刻部門
「やさしい時間」
武内 幸彦さん (松ヶ丘)

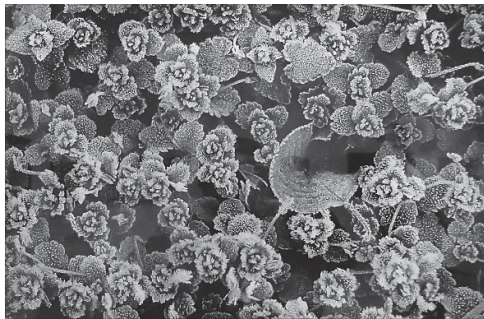


妻が孫娘を抱いている姿がとても微笑ましく感じたので形にしてみました。その雰囲気を出すのに苦労しました。



年を重ねても挑戦するものがあるのが楽しいです。

【入選】 書道部門
「徳不孤」
五十田 九紫さん(小須戸)



我が家の庭で霜のおりた花を撮りました。二年前に体調を崩して遠出ができなくなりましたが、庭の花や草についての霜の美しさをカメラに納めています。

【入選】 写真部門
「霜水花」
風間 ヤヨエさん(新保)



【奨励賞】 書道部門
「常建詩」
佐々木 温子さん(小須戸)

篆書の完成前の自由さに惹かれ、小篆の美を自分なりに表現しました。受賞を励みに、さらに精進します。

第52回 芸展 入賞・入選作品紹介

小須戸地区図書室 新刊案内

【一般書】

- 『今日も言い訳しながら生きてます』
ハ・ワン/文・イラスト、岡崎 暢子/訳
(ダイヤモンド社)
- 『京都ものがたりの道』
彬子女王/著 (毎日新聞出版)
- 『娘が巣立つ朝』
伊吹 有喜/著 (文藝春秋)
- 『わたしの知る花』
町田 そのこ/著 (中央公論新社)
- 『探検隊・調査報告書
「ちあき」の会 (総会資料)』
「ちあき」の会 (「ちあき」の会)
- 『茨城 大洗・水戸・つくば '25』
まっがるマガジン 関東 01 (昭文社)
- 『ツミデミック』
一穂 ミチ/著 (光文社)
- 【児童書】
- 『へんてこもりのころがりざか』
たかどの ほうこ/作・絵 (偕成社)
- 『ぞうくんのおおゆきさんぽ』
なかの ひろたか/さく・え (福音館書店)
- 『ノラネコぐんだんピザをやく』
工藤 ノリコ/著 (白泉社)

秋葉区健康福祉課「健康ひとロメロ」

適正飲酒について

適度な飲酒は気分をリラックスさせストレス解消にもなりますが、過度な飲酒は健康寿命に影響を及ぼします。

過度な飲酒による影響は？

1日のアルコール摂取量が多いほど、生活習慣病のリスクが高まることがわかっています。また、がんなどのからだの問題が起こりやすくなるだけでなく、睡眠障害やうつなどのこころの問題も招きます。

1日の適量は？

ビールならば500ml、日本酒1合、ウイスキーダブル60ml、焼酎(25度)約110ml、ワイン約180mlが目安になります。アルコール度数の高いものもありますので注意が必要です。

お酒を多く飲みすぎないためのポイント

- ・バランスのよい食事と一緒に摂取する。
 - ・飲酒の合間に水または炭酸水、ノンアルコール飲料を飲む。
 - ・水などを混ぜてアルコール濃度を低くする。
 - ・週に2日程度はアルコールをノンアルコール飲料に置き換える。
- ※その日の体調に合わせて適量を楽しむこと、週に2日程度の休肝日を作り、肝臓を休ませることも大切です。

短歌

(自由吟) 川柳 (つぶやく)

訪れる人無き予感時雨るる日
素顔のまま煮菜の豆打つ
一陣の風吹きわたる山道の
落ち葉の群れはみな走り出す

新年の良い年迎え幸せだ
お帰りと無人の家に独りごと
年取って嘆き言が増えている
願う事いまだつぶやく八十路爺
天からのつぶやく母のなげく声
お帰りと無人の家に独りごと

俳句

大輪の菊咲きはこる家屋敷
きれいらなあー紅葉街道ふる里へ
日向ぼこ至福のひと日母と娘と
秋野菜味わひつくす食事会
富有柿もらひて長き立ち話
嫁ぐ日の近き娘囲み紅葉狩
独り居の庭に未練か秋時雨
晩節の身に入む法話報恩講
霜月にクヌギの葉と実親しんで
犬抱けば淋しきこみあげ玉子酒
早春の心旅せず火野は逝く

こ	久	奉	能	浄	会	保	梅	岳	ヒ	中	と	間	吉	風	ゆ	馬	本
み	保	和	登	田	科	宗	見	イ	野	し	え	野	澤	間	う	場	多
け	み	崇	お	崇	修	二	月	チ	太	浪	り	子	子	子	子	子	子

俳句・川柳・短歌募集
題材は自由(お一人一句または一首)。住所、氏名(ペンネーム可)、電話番号を明記し、締め切りは1月21日(火)となります。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

文芸欄



老若男女、障がいの有無に関係ないニュースポーツ「カーリンコン」の楽しさを実際に体験してみませんか？



第3回 小須戸地区 カーリンコン大会

【大会要項】

- 参加資格 どなたでも(小須戸地区に居住・在勤・在学している方)
 - 募集数(定員) 3人1組 先着16チーム
 - 参加費 1チーム 1,000円(参加費・保険料)当日受付でお支払いください。
 - 服装・持ち物 運動しやすい服装、内履き、手袋、タオル
 - 申込方法 小須戸まちづくりセンター、小須戸地区ふれあい会館、小須戸まちづくりセンター、小須戸武道館などに備え付けの募集チラシ裏面の申込書に記載の上、小須戸コミュニティ協議会事務局(電話0250-47-3665)もしくは小須戸まちづくりセンターへ直接お持ちください。
 - 申込期間 令和7年1月15日(水)~2月19日(水)
 - 問い合わせ先 小須戸コミュニティ協議会 健康・スポーツ部会 高野豊さん
電話 090-4098-4356
 - 主催 小須戸コミュニティ協議会、小須戸地区スポーツ振興会、小須戸地区公民館
 - 主管 小須戸コミュニティ協議会 健康・スポーツ部会
 - 協賛 山の手コミュニティ協議会 協力 小須戸まちづくりセンター
- ※大会前に事前練習がしたい方は、上記問い合わせ先にお電話ください。

令和7年
3月2日(日)
9:00~15:00
小須戸地区
ふれあい会館

