ふるさと おかもと

OKAMOTO

発行：岡本公民館 Tel&Fax.42-1438・岡本地区自治振興会 Tel.42-2022　越前市定友町10-2-2
E-mail:okamoto-ko@city.echizen.lg.jp(公民館) okamotojs@wt.ttn.ne.jp(自治振興会)

公民館主催 春のワークショップ 3/4(土)開催

越前和紙や若狭塗り箸のワークショップ

ダッシュゲームで大盛り上がり！

麗らかな春の日、放課後こども教室とおかもと咲楽との共同で企画・運営を行い、多世代が参加できるイベントを開催しました。

伝統工芸アイドル“さくらいと”は、さくら色の作業服で伝統工芸ワークショップの講師を。またおかもと咲楽は、美味しい特製スパイスカレーを作ってくれました。

プログラミング体験では、ロボットを起動させたりダッシュゲームで盛り上がり、可愛いおにぎりを作るワークショップでは、子ども達の個性あふれるおにぎりができ、とても楽しんでいました。

咲楽特製スパイスカレーで舌鼓☆

“さくらいと”のライブでは振り付けを教えてもらってみんなでダンス♪覚えたてのダンスでフレッシュなパワーをもらい盛り上がりました。

その他、大人も真剣になってリースを作ったり、なかなか触れる事のない活版印刷で作るメッセージカードは、とってもかわいくて大満足！

短い時間ながらも、盛りだくさんの内容で、皆さん思い思いの作品を作っていました。

今回初めてのワークショップいかがでしたか？

自分の作ったおにぎり、どんな具を挟むか悩む・・・

命を守る講習会 3/5(日)

東消防署で普通救命講習会があり 18 名が受講しました。講習時間は 3 時間で講話と実施訓練を行い効果確認が出来れば修了書が与えられます。
応急手当の目的は
① 負傷者の命を救う事
② 症状を現状以上に悪化させない
③ 苦痛の軽減を図ること
まず、救急車の平均到着時間は約 8 分くらいです。到着までの応急手当てをすることで、けがや病気の悪化を大幅に防ぐことができます。

実技では救命救急と AED の使用法を学びました。心肺蘇生法では、安全確認や意識、呼吸の確認を行い、胸骨圧迫を続けることが重要です。

その他の応急処置として止血と異物除去の方法を学びました。一般的に体内血液の 30%を失うと、命にかかわる危険を及ぼすため、止血法として、清潔なタオルやガーゼなどを傷口に当て、手のひらで強く圧迫する方法があります。また、異物除去は、背部叩打法で手の付け根で、肩甲骨の間を 4～5 回連続して叩く事で異物を吐かせる事が出来ます。自助、共助の観点からも有意義な講習会でした。

安全防災部

YouTube 心肺蘇生ダイアモンド 検索

上記で検索すると、救命救急の流れ（心肺蘇生と AED の使用）を簡単に分かりやすく見ることができます。

生活支援事業部推進協議会 3月5日(日)

本年度最後の協議会を開催しました。講演は、認知症の方と介護施設で長年関わってこられた、岡本地区生活支援コーディネーターの黒田真知子さんに『認知症の方と心通わせてきた体験』と題して講演頂きました。「喜ばれること・嫌われること」という内容で、認知症の方との接し方については、同じ目線で対応し、顔を見て話し、決して後ろからは声かけしないことなどを教わりました。

その後、令和4年度事業報告、令和5年度事業計画について協議し承認されました。

岡本地区に住む高齢者が、住み慣れた場所で、少しでも長く元気に生活できるよう、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

生活支援事業部

和紙達見守り隊意見交換会

3月4日(土)に、和紙達見守り隊員との意見交換会を開催しました。

日頃より岡本小学校の児童達の登下校を見守って頂いている、見守り隊の方8名にご参加頂き、日々の活動においての状況や、問題点・要望などを直接伺うことができました。

また今回は岡本小学校の児童9名が見守り隊の方々に直接お礼の言葉を伝え、プレゼントも渡してくれました。

コロナ禍において見守り隊の方々と児童達の交流ができなかったので、とても貴重な機会となりました。

青少年育成部

配食サービス弁当に思う 3/5(日)

126食配食

「ま心 あったか弁当」今日も一軒一軒持って回る日が来た。一カ月前から予約を聞いてまわり注文をうけます。配食は手渡す方も、受け取る方も本当にうれしい弁当です。「弁当を持ってきました！」すると「有難うご苦労様」の声が返ってきました。

みなさんが待っていて下さると思うと、心もはずみうきうきした気分になります。今後、わたしも弁当を受け取れる日がくるまで、配食サービスは続けてほしいです。

社会福祉部員記

《 公民館学級 》

清慎サークル

第5回食育講座 3/12(日)
～からだに優しい 食材を使った料理体験～

最終講座は講師の川﨑知美先生から料理講習をして頂きました。3 月は冬から春と体調的に心身ともに変化が現れ、体の不調やイライラしやすくなるそうです。植物の芽吹くエネルギーをいただいて、食べ物や自然のもので身体や心をデドックスしていくと良いそうです。
季節の野菜はその時に必要な栄養素が含まれていて、今回は山菜や旬の野菜の力を借りてデドックスできる料理 7 品を教えてくださいました。

参加者の声

毎回、為になるお話が聞けて最後に楽しく料理が作れて良かったです。

季節にあわせた食べ方を教えていただきありがとうございました。旬のものを美味しくいただくいろいろな知恵を学びました。これからの食生活に活かしていきたいと思います。

シリーズで参加しましたが、最後の調理実習もとても参考になりました。「まごはやさしいこ」をしっかり頭に入れて実践しようと思います。楽しい学びの時間をありがとうございました。

和紙を使ったおりがみ教室 3月10日(金)

今回も鹿浦聡子先生にふすま紙を使って、バッグとそこに飾る小花の折り方を教えていただきました。和紙のふすま紙は分厚くて扱いづらかったですが、皆さん根気強く形にしていきます。おりがみのお花の表情を付けるのが難しかったですが、数をこなしていくうちに何とか可愛いお花が出来、バッグに付けて仕上がりました。皆さん思い思いの素敵な作品が出来ました。

やっぱ★おかもと

岡本金管バンドクラブ
6 年生飯田元気さん
卒業おめでとう

今年は唯一の6年生になってしまいましたが、ほぼ練習を休まず、また、体育祭では入場行進の指揮者を緊張しながらも堂々と立派に勤め上げてくれました。
ありがとうございました♪

おかもと咲楽 手話教室 2/22(水)

講師の森本辰之氏に簡単な手話のコミュニケーションの取り方を学びました。
手話は手指だけではなく、口元、顔の表情など感情も含めて意思表示することが大事だということで、講座中はマスクを外してフェイスシールドを付けて行いました。先生の説明が上手でわかりやすく、一つ一つの動作、物を連想しながら楽しく学べました。最後に参加者一人ずつ、「私の名前は〇〇です。よろしくお願いいたします。」と自己紹介ができるようになりました。手話の難しさを実感すると共に、もっと多く学びたいと思いました。

一緒に外国語を勉強しませんか？(No.38)

皆さんはいくつ覚えているかな?
声に出して読んでみましょう！

〈 今年はコロナが落ち着いてきたので、
お花見に行こうと思います。 〉

英 Corona has calmed down this year,
so I'm going to go see cherry blossoms.
コロナハズカームドダウンディスイヤー
ソーイアイムゴーイングツーゴーシーチェリーブロッサム

中 今年电晕已经平静下来，所以我要去看看樱花。
チンニンティユイン　ピンチンシャーライ
ソーイーヤーラーソーイーヤーカーカイカンインファー

ポ Corona se acalmou este ano,
então vou ver as flores de cerejeira.
コロナシアカモウ　エスティアノ
インタモウヴェラス　フォウレス　ジェスジェレイジイラ

〈どこに行こうかな。〉

英 where should i go
ウエア　ショルド　ゴー

中 我应该去哪儿
ウイインカイチュイナー

ポ onde devo ir
オンジェデボイァ

校長室から

「令和４年度の締めくくり」

いよいよ令和４年度も締めくくりの３月となりました。卒業証書授与式が近づき、６年生がこれまで学校を支えるために取り組んでくれたことを、５年生が引き継ぐ時期です。この引継ぎの中で最も大切な活動が「６年生を送る会」です。５年生が知恵を出し合い協力して、６年生のために企画・準備を進め、当日の進行を行います。今年の６年生を送る会も、５年生の様々なアイデアと１年生から４年生の感謝の気持ちで素晴らしい会となりました。そして、令和５年度に向けて、６年生をはじめ全校児童が笑顔になれるひと時となりました。

６年生は中学校に向けて、１年生から５年生は一つ上の学年に向けて、準備が整ってきています。

最後となりますが、登下校の見守りや紙漉き体験、そして、創立１５０周年の記念行事など、地域の皆様には１年間大変お世話になりました。心よりお礼申し上げます。令和５年度も岡本小学校の子どもたちをどうかよろしくお願いいたします。

自治振興会からお知らせ

自治振興会で ipad・投光器を購入しました。投光器は貸出し可能ですので、町内の行事等にご利用ください。iPad で振興会事業や公民館事業などの情報発信をどんどんしていきたいと思います！

これを使って八石分校で桜のライトアットをします。是非見に来てください。

公民館からお知らせ

公民館をより快適にご利用いただけるよう、公民館の館内 Wi-Fi の回線を増強し、Wi-Fi 環境を整えました。皆様のちょっとした集まりや会議、学生の皆さんの勉強の場にもどんどんご利用ください。

「うちのごはん」 No. 33

今月は大滝町山田佐千子さんの

『和風ふわとろ玉子スープ』です。

ちょっと汁物がほしい時、少し食欲がない時に簡単にできます。体も温まりますよ。自分なりにアレンジしてみてください！

☆次は、大滝町
柳瀬 昌美さんにしゃもじリレーします。

越前市消防団 岡本分団より

日頃より消防団活動にご協力頂きまして有難うございます。さて年明けから越前市内において火災が多発しており、人的被害も発生しております。住民の皆様方には、より一層火の取り扱いに充分にご注意頂きます様宜しくお願いいたします。また１人でも多くの消防団の入団をお願いします。

編集後記

マスクの着用が３月13日より個人の判断に委ねられました。ただ、今はスギ花粉の飛散量が多いのでしばらくはマスクを手放すことができないかもしれませんね。いつ外してもいいように衰えてしまった口元の筋肉のリハビリをして「いい笑顔」の練習をしていきましょう。

岡本地区
人口・世帯数
（3 月 1 日現在）

人口 2,891 人(-14)
男 1,414 人 (-9)
女 1,477 人 (-5)

世帯 976 戸 (-2)
( )は前月比

３ 月・４ 月の行事予定

３ 月１９ 日(日) 雪どけクリーン作戦
３ 月１９ 日(日) 味噌作り& 発酵食品料理教室（おかもと咲楽）
３ 月１９ 日(日) 思い出に乾杯（親子クラブ）
３ 月２０ 日(月) 新旧定例会
３ 月２３ 日(木) 編集会議（総務部）
４ 月１１ 日(火) 青山登り実行委員会
４ 月２０ 日(木) 自治振興会拡大理事会
４ 月２９ 日(土) 自治振興会総会

※休館日：毎週月曜日　3/22(水)

“ふるさとおかもと”は、越前和紙端紙を有効利用しています。