□■第 ３２５号□■□■

波岡公民館だより

《発行年月日》令和７年　１月　１０日　《編集・発行》木更津市立波岡公民館
《発行責任者》館長　河野　勝　　木更津市大久保５－７－１ TEL 0438-37-8515
fax 0438-80-1153　　e-mail　namioka-k@city.kisarazu.lg.jp

■□■

1月号　公民館だよりに寄せて

　2025年、明けましておめでとうございます。今年もどうか波岡公民館をよろしくお願いいたします。
　さっそくですが、お正月といえば、初詣。久しぶりに「行ってみようかな」と思い立ち、正月2日早朝4時に家を出て、神奈川県にある寒川神社に初詣にいってきました。格衣（＝白衣）を着て昇殿し、榊を挙げ、今年一年の無事と世界平和を願いながら、神主さんの祝詞を聞いていると、心が澄みきってゆくのを感じ、「よーし、今年も頑張ろう！なにごとも勇気をもって一歩を踏み出そう。」といった気持ちがわいてきました。そういえば今年は「巳年」です。蛇は脱皮することから、再生の象徴で、新しいことにチャレンジするにはもってこいの年です。ですから、やってみたいと思ったことは悔いを残さずどんどんチャレンジしたいと考えています。もちろん自分の体力と気持ちとお財布に相談しながらですが（笑）。
　さて、話は変わりますが、昨年末のことです。「おいもくらぶ」のKさんからいきなり「館長、公民館でピアノいります？」と言われました。「えっ？ピアノ？　いる、いる。」そう言えば、昨年、公民館だよりでも、「ご家庭でいらなくなったピアノがあったら譲ってほしい。」と広報したのですが、なかなか良いご縁に巡りあえなかったのを思い出しました。公民館で、現在使っているピアノが老朽化しており、なんとかだましだまし使ってきたのですが、いよいよこのまま使い続けるのが厳しくなってきたタイミングでした。そこで、さっそく専門家（調律師）に診てもらったところ、修理費はなんと100万円（心の叫び→「100万あれば新しいピアノが買えるじゃないか。中古ピアノは？中古でも50万なの。無理、無理。」）。そこに、突然の朗報。自宅で使われなくなったピアノを寄付してくださる方が現れたのです。ありがたい。これまた、専門家に診てもらったところ、「年代物ですがピアノの中心部は大丈夫。修理すれば使えますよ。」とのお墨付きをいただきました。ピアノの移送費や修理費、「今のピアノさん、さようなら」費で、合計17万から18万程度が必要となりましたが、公民館の周年行事の積み立ての一部を使わせていただくことで公民館運営協力委員の皆様からご理解いただきました。しかし、かなりの年代物なので、カビやほこりで汚れが激しく、クリーニングが必要だとわかりました。そこで考えたのが、「古くなったピアノをリニューアル（新しく）しちゃおうバザー」です。地域の皆様には、ご家庭で使わなくなった物品をご寄付いただき、欲しい方にお譲りする。その集まった資金でピアノのクリーニング代を捻出し、末永く使えるようにします。これこそまさにエコでオーガニックだと思います。どうか、ご協力をお願いいたします。バザーは2月11日（建国記念日）13：00、オープンで、物品はただいま受付中です。

　最後に心温まるお話を紹介します。昨年末の 12 月 20 日（金）、地域食堂「ニコはぴ」が開催されました。クリスマスということでライオンズクラブ様からケーキが配布されるなど、受付を先頭に、玄関の外まで50人近くの長蛇の列ができ、すれ違うのもやっとで、利用者は過去最高の206名にのぼりました。ボランティアの方も30名ほど集まり、なかには小学生や中学生、高校生も交じって、まさに多世代交流の場としてたいへん活況を呈していました。そのなかに受付でお菓子を配布してくれていたTくん（波岡中学校1年）。「とてもみんなの分まではないから自分の分はいならい。」とケーキを受け取らず、小さな子どもたちの分を優先してくれたのです。この話を聞いたとたん、宮澤賢治の「雨ニモマケズ」の一節が浮かびました。「アラユルコトヲ　ジブンヲ　カンジョウニ　イレズ　（すべてのことを、自分を人数に数えない・含めない）」が頭から離れませんでした。とかく、「自分さえ良ければ」といった風潮が蔓延している昨今、「なんて中学生がいるんだ。」とびっくりしました。また、「ニコはぴ」の合間には、たくさんの子どもたちがプレイパークで遊んでいた光景も素敵で、忘れることができない一日となりました。そんな、子どもたちと一緒に波岡東地区の未来について考えようという「こども会議」が2月24日、月曜日（祝日）、波岡公民館で開催されます。一般席も用意しますので、ご自由に参観ください。

（館長）

フリースペース　なないろ

　子育てに悩んでいませんか？こどもの成長をあそびを通して見守るフリースペースです。
☆日時　毎週火曜日
　15 時から16時　未就学児（感覚あそびなど）
　16時から18 時　就学児（工作など）
☆場所　波岡公民館　休養室（和室）
☆対象　未就学児～中学生の親子
☆料金　大人100円（運営費）、こども無料
☆定員　初めてのご参加の方はご一報ください。
なないろ代表　永井　☎0438-55-8270

地域食堂にこハピ・おしゃべり広場

毎月第 1、3金曜日に開催♪
次の予定は…↓

★日時　１月 17 日（金）、２月７日（金）、21 日（金）
　14時～おしゃべり広場＠休養室
　17時～地域食堂＠集会室

★おしゃべり広場：18歳未満無料、大人100円
★地　域　食　堂：18歳未満無料大人300円＋お気持ち代
★食材・ボランティアのご協力有難うございます！
　今後ともよろしくお願いいたします。

自立生活体操

□日　時　令和７年１月21日、28日、２月４日、18日、25日（毎週火曜日）
　９：30～11：00　参加費無料　申し込み不要
□会　場　波岡公民館　１階　集会室
□持ち物　マスク・タオル・飲み物・室内履き
◆問合せ　高齢者福祉課　２３－２６３０

元気会　開催のお知らせ

★ 日　時　令和７年２月18日(火)です。
　次回は、令和７年３月１１日（火）
　１３時３０分～１５時
★ 会　場　波岡公民館　１階　集会室
★ 参加費　１００円
★ 対　象　65 歳以上
　公民館までお越しいただける方
★ 申込先　薮田　☎0438-36-6499

元気会をいっしょにお手伝いしてくださる方を募集中です！

チームオレンジ・カフェなみおか

認知症の方、ご家族の方、認知症について気になる方、ちょっと一息つきませんか？気軽に相談もできます。
今月は、「歌と演奏」です。みんなで唄いましょう

★ 日　時　令和７年１月28日（火）
　【次回】令和７年２月25日（火）
　１３時３０分～１５時
★ 会　場　波岡公民館１階　集会室（ホール）
★ 参加費　１００円（お茶とお菓子代として）
★ 申込先　南部地域包括支援センター☎３７－４８１１
　問い合せ　　認知症地域支援推進員　東間

【主催】木更津市立公民館 広報デジタル委員会

-これだけは押さえたい！知って得するやさしい著作権の基礎講座-

　著作権に関する基礎的な知識や実際にあったトラブル事例等を学ぶことで、正しい著作権のルールやマナーを学習し、事前にトラブルを防ぐヒントを知ることができる講座です。

○日　時　令和７年３月９日（日）午前１１時～午後０時３０分
○会　場　木更津市立中央公民館 第７会議室
　（木更津市富士見１丁目２-１スパークルシティビル６階）
○対　象　著作権の学習に興味がある方　会場３０名、Ｚｏｏｍ２０名
○講　師　弁護士　高橋　直 氏（Authense 法律事務所　千葉オフィス支店長）
○費　用　無料
○申　込　お近くの公民館または金田出張所の窓口及び電話、市ホームページの Logo フォームでお申込みください。＊先着順で受付
　受付期間：１月８日（水）午前９時から２月２５日（火）午後５時まで
　【火～金曜日（祝日は除く）午前９時から午後５時まで】
○備　考　詳細につきましては、下記の公民館までお問い合わせください。
　東清公民館 ☎９８－２９１９、中央公民館 ☎２５－４５８１

こちらから申込みができます。

2025 年もよろしくお願いします。
今年も元気に活動します！！

認知症の方の在宅介護についての学習会

～認知症の方と在宅での接し方について～

日時：2 月 1 日㈯　午後 1 時 30 分～3 時
場所：波岡公民館　集会室
講師：認知症家族支援の体験者
　　竹村　清　様
申込：波岡公民館　37-8515
定員：30 名程度
主催：波岡公民館地区まちづくり協議会
共催：波岡公民館
　　木更津市南部地域包括支援センター

初心者スマホ教室

日時：2 月 14 日㈮　午前 10 時～12 時
　　2 月 28 日㈮　午前 10 時～12 時
場所：波岡公民館　集会室
講師：宇野　将史　氏（移動端末診断士）
申込：波岡公民館　37-8515
定員：20 名程度（先着順）

両日とも同じ内容です。

スマートフォンの基本的な使い方（LINE やカメラの使用方法など）を教えていただきます。ご自分のスマホをご用意の上ご参加ください。

ちいきの担い手情報交換会

ちいきでの今後の支えあい活動の参考になるように、
地域の助け合い活動をしている方からの活動報告。意見交換会を行います！

日時：1 月 30 日㈭ 午前 10 時～12 時（受付開始　9 時 30 分～）
場所：波岡公民館　第1, 2学習室
対象：波岡東地区にお住まいの方で地域活動をしている方、
　　または、これから活動をしようと思っている方。
申込：下記連絡先に【住所・氏名・年代・電話番号】をご連絡ください。
定員：30 名

ちいきで支えあい、助け合いの活動をさらに進めていきましょう！
当日は活動報告後、意見交換を行います。
今後の活動の参考になると思いますので、是非ご参加ください。

【連絡先】
木更津市社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
出口　真由美
TEL：0438-25-2089
FAX：0438-23-2615
Ｍａｉｌ：m-deguchi@kisarazushakyo.or.jp

なみサタ

日　時　2 月 15 日(土) 15時 ～ 17時
場　所　波岡公民館 裏グラウンド（雨天の場合は、第1、2学習室）
対　象　波岡小学校・八幡台小学校の児童20名くらい(先着順)
　　但し、小学校1・2年生は保護者同伴
講　師　ハックルベリーのみなさん
参加費　一人 300 円（材料費、保険料）
備　考　軍手、水筒、汚れても良い服装
申　込　公民館窓口、電話またはメールで
　　【住所・氏名・電話番号・学校名・学年】を連絡ください。

Web からも簡単に申し込みができます。
https://logoform.jp/form/2dPg/875150
電　話：0438-37-8515
メール：namioka-k@city.kisarazu.lg.jp 担当：石野

終わりの時間が暗い時間になってしまいます。
お子さまとお迎えの時間や連絡手段を確実にしてください。

空き家に関する講演会

日　時　1月 25 日(土) 午前 10 時 ～ 11 時 30 分
場　所　八幡台公民館 集会室
定　員　50 名程度
参加費　無料
内　容　①市内の空き家に関する実情と対応について
　　講師：木更津市役所　住宅課　様
　　②資産の相続や売却について
　　講師：㈱新昭和リビンズ　不動産事業部　木更津店　様
　　③空き家の管理、有効活用のお手伝いについて
　　講師：木更津 CUBE（波岡 HOME）代表　堀切　様
申　込　下記へ電話またはメールで
　　【住所・氏名・電話番号・年代】を連絡ください。
連絡先　木更津市社会福祉協議会　生活支援コーディネーター
　　出口　真由美
　　TEL：0438-25-2089　FAX：0438-23-2615
　　Mail：m-deguchi@kisarazushakyo.or.jp

きさらづ出前講座

学童期・思春期の食事と健康

～薬に頼らず親子で元気になろう！～

日時：2 月 6 日㈭　午前 10 時～12 時
場所：波岡公民館　集会室
講師：木更津市役所　学校給食課職員
申込：波岡公民館　37-8515

「主食」の概念が生んだ糖質過多の日本人。子どもたちも例外ではありません。9 割の子どもたちが「タンパク質」「鉄」が足りていない現状の中でいろいろな研究が進み、足りない栄養素を補うことで、心・体・知能が変わることが証明されてきました。
不足している栄養素（タンパク質・鉄等）を補う簡単な摂取方法が学べます。

公民館使用料金改定についてのお知らせ

令和 7 年 4 月 1 日、4 月分申請受付分から運用開始となります。

「使用料・手数料等の見直しに関する基本方針」（平成 28 年 5 月策定）に基づき、使用料・手数料は、原則 4 年ごとに見直しを実施することとなっており、今回は光熱費や物価高の現状を踏まえ検討を行い、令和 6 年 12 月市議会定例会に条例改正（案）が上程され、議決されました。
　詳細については、**2/17 に行われる波岡公民館利用者懇談会**にてご説明させていただきます。

使用時間	1時間当たり	
使用区分	現行使用料	新料金
集会室	400	500
休養室	200	300
第1、2学習室	200	300
第3学習室	100	150
調理実習室	200	300