

# 千歳公民館だより

## みんなでチャレンジ「こんにゃくづくり教室」

「昔は家でこんにゃくを作っていたけど、作り方はよくわからない。」「でも、手作りのこんにゃくは美味しいよね。」そんな声にお応えして、1月15日と22日、千歳町の武藤佐代子さんを講師にお迎えし「こんにゃくづくり教室」を開催しました。出来上がったこんにゃくは、千歳みそとカボスで作った酢味噌をつけて試食もしました。風味も良くやわらかくて、とても美味しかったです。



ミキサーにかけます



よ～く混ぜます



あく抜き、茹でます



ぶるぶるこんにゃく  
出来ました



酢味噌をかけて  
試食しました



おまけでピーナツ  
豆腐の作り方も

## 放課後チャレンジ教室「千歳っ子」



### 「おもちつき しました！」

1月14日、地域の方からいただいたもち米で、また地域の方々にもご協力をいただき、おもちつきをしました。最初は慣れない様子でしたが、段々とリズムよくつくことができました。出来上がったお餅は、あんこやきなこ、大根おろしやチョコレートなどをつけて美味しくいただきました。アツアツ豚汁も美味しかったです。ありがとうございました。



### 「逃走中 しました！」



1月21日、「千歳ラボ」の恵藤美幸さんと宮成基治さんのご指導で「逃走中」をしました。ハンターとして7年生と8年生にも参加してもらい、逃げ回る子どもたちは、元気に駆け回っていました。最強寒波到来の日でしたが、寒さを吹き飛ばす子どもたちの笑顔も最強でした。



## ひょうたんカレッジ～障がい者の学び支援事業～

11月11日、別府市在住の絵手紙作家、原野彰子さんを講師にお迎えし、お正月年賀状作成講座を開催しました。準備された花や野菜などを絵のモチーフとして思い思いに自由に描いてきました。

自分らしさを表現した「絵手紙」はどれも味のあるステキな作品となりました。



12月16日、公民館ピラティスクラブ講師の小林聖弥さんを講師にお迎えし、健康づくり教室としてピラティス教室を開催しました。ピラティスは、体幹を中心に鍛えることで、正しい姿勢へ導き、ストレス発散、ダイエット効果が期待できる運動です。参加者の皆さん熱心に取り組まれ、終了後には清々しい表情が見られました。

## 高齢者学級 「うたごえカフェ」

12月22日、市内のサロンなどで活躍している2人組ユニット「3時のおやつ」の和田明美さんと佐藤公信さんをお招きし、「うたごえカフェ」を開催しました。冬にちなんだ「たき火」や「冬景色」、懐かしい「リンゴの唄」などの童謡や唱歌、懐メロなど12曲をギターの演奏に合わせてみんなで歌いました。

懐かしい曲に思い出話にも花が咲き、楽しいひと時を過ごしました。



## 女性学級

## 「お正月フラワーアレンジメント」

12月25日、池坊教授の阿南美恵子さんを講師にお招きし、「お正月フラワーアレンジメント教室」を開催しました。松や葉牡丹、ピンポン菊などお正月らしいお花で、高さや配置などを教えていただき、センス良く活けていきました。それぞれのご家庭に飾られ、ステキな花で新年を迎えたことと思います。



## 事業のご案内・お知らせ

### 第31回 千歳公民館 生涯学習まつり

日 時：令和8年2月21日（土）9時開会  
場 所：千歳公民館 ホール  
内 容：  
◎公民館学級やクラブの発表  
◎放課後チャレンジ教室「千歳っ子」との  
レクリエーション  
◎文化講演会 全盲の落語家「ザトー」さん

※別府を中心に大分や福岡などで落語公演や視覚障害にまつわる講演などをつとめる  
演題 「落語と目の見えない世界のおはなし」

◎作品展示：2月17日（火）～21日（土）

※17日～20日は視聴覚室で作品展示



盲目の嘶屋 ザトー

### 2月・3月の主な予定

#### 公民館及び体育施設等 使用料金の改定について

物価高騰による使用料の見直しのため、  
**令和8年4月1日**利用分からの公民館及び体  
育施設の利用料金が改定されます。

詳しくは、豊後大野市及びここからプラスの  
ホームページをご覧になるか、公民館へお問  
い合わせください。

2月 4日(水) 放課後チャレンジ教室（レクリエーション）  
16日(月) みんなの広場  
18日(水) 放課後チャレンジ教室（和太鼓）  
19日(木) 市図書配送日  
21日(土) 生涯学習まつり（千歳っ子も参加）  
※作品展示は17日～21日

25日(水) 放課後チャレンジ教室（閉級式・レク）

3月 7日(土) ちとせマルシェ

16日(月) みんなの広場

19日(木) 市図書館 本の回収のみ

みんなの広場は毎月第3月曜日の午前です。

Kのつぶやき



12月号で「一昨年の秋、草刈り作業中に骨折」とつぶやいたものの、  
実は2020年の出来事でした…。ここでの一昨年とは2023年のことで、  
3年間のズレがあることに気がつきました。イヤハヤ時の流れは速  
いことと自分の勘違いのレベルのすごさに驚かされました。これは  
「骨折でビックリ！」どころの話しではなくなりました。

【発行】千歳公民館  
TEL 37-2069  
FAX 37-2604

実績で・元気で・前向きに  
一般社団法人  
ここからプラス ++

