

小室センター だより

No.494

令和4年9月1日号
発行：船橋市小室公民館
〒270-1471
船橋市小室町 3308
☎457-5144
k-komuro@city.funabashi.lg.jp

小室公民館主催事業のお知らせ



「睡眠」と「健康」の知恵袋講座



「眠りたくてもなかなか眠れない」、
「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠のお悩みはありませんか？
眠りと健康の意外な関係をご紹介します！

全2回

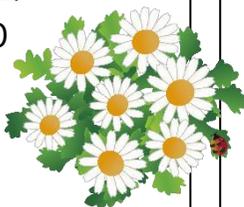
- 開催日 9月22日・29日 各木曜日
- 時間 10:00~11:30
- 内容 第1回 22日：最適な「睡眠」を考える
第2回 29日：よい睡眠のための睡眠環境
- 定員 20名（申込順）
- 参加費 無料
- 申込み 9月5日（月）9:00~ 電話または公民館窓口にて

花苗サポーター養成講座 第2回（全3回）

秋・冬の花壇づくり

「良い苗の選び方とポットへの移植」

- 開催日 10月13日 木曜日
- 時間 10:00~11:30
- 会場 小室公民館
- 定員 10人
- 参加費 無料
- 持ち物 花苗持ち帰り用の袋等
- 申込み 電話または公民館窓口にて



小室公民館本館家庭教育セミナー

親子で学ぶ環境講座

- 第1部 「Pepper(ペッパー)と生活ごみについて学ぼう」
- 第2部 「リサイクルキャンドルづくり」
- 開催日 10月15日 土曜日
- 時間 13:30~15:30
- 会場 小室公民館
- 対象 小学4年生以上と保護者20組
- 参加費 無料
- 申込み 電話または公民館窓口にて

「小室公民館文化祭」第40回小室文化まつり

- 開催日 令和4年11月5日(土) 10:00~16:00
11月6日(日) 10:00~15:30
- 内容 5日(土) 体験コーナー、作品展示
6日(日) 発表交流、作品展示

令和4年度の小室文化まつりは規模を縮小しての開催となります。
詳細は10月号に掲載予定です。

[1面]に掲載の家庭教育セミナー(小学生親子対象)において、「リサイクルキャンドル」を制作します。ご家庭に不要なロウソクやキャンドルがありましたら、小室公民館へご寄付くださいませんか？

受付期間 9月1日(木)~9月30日(金)



◎9月の寿大学◎

「ユーモアは老後を救う」

- ☆日時 9月22日(木)
13時30分~15時00分
- ☆会場: 小室公民館 第3・4集会室
- ☆参加費: 無料
- ☆事前に寿大学への申し込みが必要です。
- 10月の学習会は27日(木) 箏と尺八のコンサートです。

こむろ井戸端会議

- 公民館で日常会話を楽しみませんか？
どなたでもご参加いただけます。
9月の開催日は9月16日(金)
- 時間 13:00~14:00
 - 会場 小室公民館第2集会室
 - 申込み 不要
- 直接会場へお越しください。
皆様のご参加をお待ちしております。



ふなばしシルバーリハビリ体操教室

みんなで楽しく健康寿命をのばそう！

- 日時: 9月14日(水) 9時50分~11時~
(1日2回 入れ替え制)
- 会場: 小室公民館 第3・4集会室
- 対象: 原則65歳以上の市民の方20名
- 参加方法: 申し込み不要(当日先着順) 動きやすい服装・運動靴着用
- 持ち物: 飲み物、タオル、マスク

※新型コロナウイルスの感染状況によっては中止になる場合がありますので、事前に小室公民館にご確認ください。





児童ホームからのお知らせ

457-1000



乳幼児向け！（開催日の2週間前より窓口・電話にて申込開始いたします。）

【ばぶばぶ】 対象：0歳児とその保護者

7日（水）午前10時30分～11時15分
事前申し込み 先着15組



☆手遊び・ふれあい遊び・講話など
☆身長、体重測定、手形・足形スタンプ制作
など行います。子育ての情報交換など。

【てくてく】 対象：1. 2歳児とその保護者

9日（金）午前10時30分～11時15分
事前申し込み 先着20組

☆リズム遊びや制作・絵本の読み聞かせなどを
行います。

【ランラン】 対象：1歳児以上とその保護者

16日（金）午前11時15分～11時30分
事前申し込み 先着20組

☆リズム体操や手遊び・お誕生日会などを行います。

【子育て支援相談日】 対象：乳幼児とその保護者

28日（水）午前10時～11時30分
事前申し込み 先着15組

☆高根台子育て支援センター職員による離乳食に
ついて栄養士の講話など

【バランスボール体験】

27日（火）①午前10時～10時30分・・・0～1歳児とその保護者対象
②午前10時45分～11時15分・・・2～3歳児とその保護者対象

事前申し込み ①②とも先着10組

☆バランスボールを使った有酸素運動などを行います。

（2～3歳児については、小さいバランスボールを使用して運動する場合があります。）

★持ち物 汗拭きタオル 水筒 運動のできる服装での参加願います。



小学生向け！

【わいわいランキング】

北部ブロック（小室・三咲・松が丘・八木が谷・坪井児童ホーム）で競争だ！

6日（火）～16日（金）「ビーズとおし」を開催いたします。

☆ゲーム内容は、30秒間でひもにビーズを何個通せるかを競い合います。

☆6月のわいわいランキングは第5位でした。今回は優勝目指してがんばりましょう！

☆当日自由参加になります。挑戦する人は先生に声をかけてください。

【クラフトタイム】 対象：小学生

16日（金）午後3時50分～4時50分

事前申し込み 2日（金）申込開始です 先着20名

☆今回は、クリアファイルで「風車（かざぐるま）」を作ります



新型コロナウイルス感染症対策の影響で中止・変更になる可能性があります。

絵画サークル「ニケ」会員募集

油彩、水彩、アクリル、好みの素材で

自分の世界を表現します。

興味のある方はぜひ見学に来てください！

活動日：月2回 日曜日 午前9時～12時

9月は18日と25日

場 所：小室公民館

会 費：月3,000円

連絡先：宮代 047-457-9140

<https://komuronike.wixsite.com/mysite-5>

弾んで、笑って、楽しいから続く♪
生涯現役のための

Smile Balabo

～バランスボールサークル～

安心、安全なバランスボールで体力作り！

脳トレによる認知症予防効果も！

まずは体験を♪

【日時】：毎週木曜日 2回入れ替え制

9：10～（新規入会者募集中）

10：10～（空きなし）

※詳しくはお問合せください。

【場所】：小室公民館

【問い合わせ】080-7941-4899（飯田）

豊富地区社会福祉協議会からのお知らせ



☆福祉相談

新型コロナウイルス感染拡大防止のため相談はお電話でお願いします。

・毎週月・木 10時～15時 きらら（小室飯島商店隣 電話047-457-7718）

☆包括支援センターによる健康相談・福祉相談

・9日（金） 10時～12時 きらら（小室飯島商店隣 電話047-457-7718）

☆9月の事業は中止しております。再開時は掲示にてお知らせいたします。

問い合わせ：豊富地区社会福祉協議会 047-457-1552

小室俳句

ママ笑顔ビニールプールの狭き庭	豊島 興
梅雨明けや一步前進銃規制	玉井良江
父の日や一声づつの娘たち	渡辺 治
それぞれに郷愁妻と西瓜食ふ	和田 勉
夏のトロムソ点に見えるは大櫓か	熊井喜代子
老鶯に我が残生を問ひ掛けり	加藤明々
家長逝き畑まで伸びる淡竹の子	山城 楓
お点前の夏襟白きうなじかな	良成 乙
宵祭ヒョットコ面の千鳥足	井之輪公子
児等の来て蟬の鳴き止む筑波山	須田 典治
万歳は何の万歳屋寝覚め	奥田みゆき
し点打つ板書の指の日焼けかな	井上かほり
欲張りな児らゐて楽し七夕竹	高木一恵
黙しても通ずるものや老端居	中山皓雪