

「岩村公民館と私」

近森孝一さん寄稿（堀ノ内）

私は退職後、南国市の民生委員の委嘱を受け、翌年続いて岩村公民館の審議委員を委嘱されました。しかもその職務内容も分らないまま審議会長も受けるはめになりました。今から十年余り前の事です。

その後、岩村保育園の園児数の激減で統廃合により「あけぼの保育所」に統合される事になりました。それに伴い南国市行政の尽力もあって現在の新しい公民館の建設が実現しました。これを契機に岩村ふれあいセンターを中心に公民館活動が更に活発に行われる様になりました。

公民館活動の運営に当たって、活動の活性化を図るため、三つの組織、広報部、企画部、事業部を立ち上げ、審議委員は各部に分かれて活動実践に取り組み始めて今年で六年目を迎えます。私は広報部の担当になり、地域の情報機関誌の発行に取り組

んできました。始めての広報なのでその編集内容や編集方法等腐心する事が沢山ありました。歴代の編集委員の尽力と地域の方々の投稿へのご協力により編集を重ねる毎に充実した広報になりました。自分としておりま

今年の一月号（第十四号）は念願のカラー印刷で発行することが出来ました。年間の主な行事では、男の料理教室、公民館講座、移動学習「研修旅行」、ふれあい祭り、ボウリング大会等があります。中でも、「ふれあい祭り」は今年で第七回を数えませんが、地域のみならず地域外からも大勢の参加者が集まり、今や岩村公民館活動の目玉になっています。

毎週定期的に行われている活動では社交ダンス、ヨガ、3B体操、卓球、パソコン等活発に行われています。年末年始の特別休暇を除いて年中開館し、地域以外の利用者にも開放しており大変嬉しい限りです。

私は公民館の審議委員として五期十年勤めて来ましたが、十分なこと出来ず申し訳なく思

っています。今年三月をもつて任期満了で退任することになりました。

この期間中にかけてがえのない勉強になることが沢山ありました。その第一は多くの地域の人々とイッパイ触れ合うことが出来たことです。

また、個人的なことですが、パソコンクラブに所属しご指導頂いた先生や先輩、同僚達の指導のお陰でパソコンを使うまね事を覚え、又デジタルカメラも使えるようになり、関東方面在住の子供や孫達とメールの交換を楽しむ事が出来るようになりました。



大勢のご家族と一緒に近森さん

た事も私のささやかな喜びです。

これからは、公民館行事には一住民として出来るだけ参加したいと思っています。終わりになりましたが、この紙面をお借りして岩村公民館活動に関わっているいろいろとお世話になりました。ご協力頂いた皆様に心より感謝申し上げます。

楽しく続ける

健康ヨーガ

ヨーガ教室講師 久保田千秋

「ヨーガ療法」とは身体だけではなく心のケアです。今の健康を維持し、さらに若々しく柔軟にさせることはもちろん、日々のストレスを自分がどう受け止めているか、自分を見直し、気付きながら共に成長することが目的です。肉体の健康はまず心の在りようからですので、「心の平安」を一緒に探していくのです。

実際に「ヨーガ療法」は毎年二百件を超える、種々のガンやうつ病、高血圧、糖尿病などに