



元気はつらつ生涯学習情報誌

高木瀬

～ 公民館だより ～

2021
令和3年
8
月号



高木瀬校区の人口
(令和3年6月末現在)
人口 13,968人
男 6,548人
女 7,420人
世帯数 6,306世帯

受講者募集！ シニアのためのスマホ教室(基本編)

日 時：8月30日(月)・31日(火)・9月1日(水)
【午前の部】10:00～12:00【午後の部】13:30～15:30
場 所：高木瀬公民館 集会室
講 師：NPO 法人シニアネット佐賀
参加費：800円(テキスト代)
定 員：午前12名、午後12名(応募多数の場合抽選)
対 象：スマホをもっと活用したい方、全日程受講可能な方
持ってくるもの：ご自身のスマートフォン、筆記用具
受付期間：8/3(火)～8/20(金) ※平日の8:30～17:00

今回は、ご自分のスマートフォンを使って操作方法を学びます。

基本的な操作方法・写真や動画撮影
インターネットの使い方、地図アプリ
安全に利用するためのセキュリティ等
最終日には相談会を予定しています。

ご自身のスマホ
持ち込みです



※8/24(火)以降にキャンセルされた場合、参加費をいただきます(返金不可)

生涯学習セミナー

第4回：「ババちゃんの
ジジ(時事)放談」



※都合により3月号掲載の年間計画と変更になりました。

日 時：9月15日(水) 10:00～11:30
場 所：高木瀬公民館 集会室
講 師：馬場 周一郎 氏(元西日本新聞記者)
参加費：無料

- ※ 新型コロナウイルス感染症の影響により、変更となる場合があります。
- ※ 定員に達したため、現在会員以外のお申し込みは受け付けておりません。

大人塾

第4回：「子供を捨てる!?
～江戸時代の捨て子と子育て～」

※都合により3月号掲載の年間計画と変更になりました。

日 時：9月22日(水) 10:00～11:30
場 所：高木瀬公民館 集会室
講 師：久保 知里 氏(佐賀女子短期大学講師)
参加費：無料

- ※ 新型コロナウイルス感染症の影響により、変更となる場合があります。
- ※ 定員に達したため、現在会員以外のお申し込みは受け付けておりません。

発行

佐賀市立高木瀬公民館

〒849-0922 佐賀市高木瀬東五丁目1番12号
TEL/FAX : 0952-31-3400
E-mail : ktakakise@city.saga.lg.jp
U R L : http://www.tsunasaga.jp/takakise



佐賀市の地域コミュニサイト「つながるさがし」では、佐賀市内の各校区の行事や取り組みなどが紹介されています。

高木瀬校区の公民館講座、地域事業の様子などをパソコンやスマートフォンで手軽に見ることができます。ぜひご覧ください。

高木瀬 つながるさがし

検索



生涯学習セミナー

第2回：「熱中症予防について」

6/15(火)

講師：佐賀市健康づくり課 飯田 彩花 氏

人間の体は、平常時は体温が上がっても汗の蒸発時に体温を外へ逃がす仕組みとなっており、100gの汗で体温を1℃下げる効果があるそうです。しかし、熱中症になると、体内の水分塩分バランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなることにより、脱水症状やめまい、頭痛、けいれん、意識障害などの症状を起こします。

特に高齢者は、体内水分が不足しがちで暑さに対する感覚機能や体の調節機能が低下しています。熱中症による死亡者の約8割が高齢者で、半数以上は自宅で発生しているそうです。

参加者から、運動中にメンバーが熱中症と思われる症状で倒れた際に、協力し合い応急処置をしたことで大事に至らなかったエピソードの紹介もされました。

暑さを避け、こまめに水分補給をし、エアコンを上手に使うなどの「熱中症予防」とマスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させながら熱中症対策をしていきましょう。

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。



エアコンを上手に使いましょう

- 温度、暑さ指数を確認する
- すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る
- 換気をして屋外の涼しい空気を入れる
- 窓とドアなど2か所を開ける
- 扇風機や換気扇を併用する

熱中症を防ぐために**マスク**は必ずしましょう
(ウイルス感染対策は忘れずに)



マスク着用時は

- **激しい運動はさげましょう**
- のどが渇いていなくても**こまめに水分補給**をしましょう
- **気温、湿度が高い時**は特に注意しましょう

のどが渇いていなくても

こまめに水分補給をしましょう



- 1時間ごとにコップ1杯
- 入浴前後や起床後もまず水分補給を
- 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

(環境省熱中症予防情報サイト「高齢者のための熱中症対策」を参考に佐賀市立高木瀬公民館で作成)

大人塾

第2回：「幕末佐賀藩の産業遺産」

6/23(水)

講師：佐賀市文化振興課 中野 充 氏

日本の工業技術の最先端を担っていた佐賀藩が残した産業遺産について学びました。

佐賀藩は、長崎警備に従事する中でフェートン号事件による藩存亡の危機、中国のアヘン戦争での大敗、などから西洋式の化学技術獲得への強い必然性を認識。オランダの技術書を参考に、幾度も試行錯誤を繰り返して日本初の反射炉を完成させました。反射炉事業には、蘭学者、鋳物師、刀鍛冶など各分野の優秀な人材が招聘され、伝統的な技術と知識も積極的に応用されているそうです。窯産業の技術も1500度に耐えられるレンガ製造に生かされているなど、興味深いお話でした。



♪ ささの葉さ～らさら

短冊に願いをこめて

今年は、地域の方に笹をご提供いただき、高木瀬公民館玄関に七夕飾りを設置しました。

初日に、「子どもの茶道教室」に参加していた先生や子どもたちが短冊に願い事を書いてくれました。「お茶が上達しますように」など、ほほえましい願い事が書かれていました。近くの保育園から遊びにきてくれたかわいい園児たち、子育てサロンに参加されたママたち、たくさんの来館者のみなさんに書いてもらい、色とりどりの短冊でにぎやかな七夕飾りとなりました。

1年以上コロナウイルスによる自粛と我慢の日々が続いているからか、コロナの終息や健康を願う短冊が多かったです。

みなさんの願いが天の川に届き、叶うといいですね。



自治会長と民生児童委員の意見交換会 盛況に開催!

7月3日(土)、校区社協では公民館全館を貸し切って意見交換会を開催しました。

まず、災害時避難行動要支援者(同意方式)名簿制度について佐賀市の福祉総務課から説明がありました。本当に支援が必要な人が名簿に載っていない、支援員が決まっていないなど、名簿に対する不満が参加者の中から聞かれました。

その後、自治会を7つに分けてグループ討議を行いました。活発な意見交換が行われたようです。

一年に一回ですが実りの多い意見交換会でした。

(文責: 校区社協 武廣)



自治公民館研修会(下高木)

テーマ: 「交通安全体験教室」 7/8(木)
講師: 佐賀北警察署職員

さわやかな五月晴れの日に設定した交通安全協教室でしたが、コロナ禍で延期、更に延期でやっと7/8(木)11時から下高木公民館にて開催することが出来ました。

このたびは、下高木桜会(サロン)との共催で公民館講座を実施しました。梅雨の蒸し暑さと足元の悪い中、待ちに待っていた沢山の方達が元気に参加されました。国道沿いで交通量も激しく路地の多い環境に居りますので、一人一人が横断歩道を渡るシミュレーター体験はとても良い勉強になりました。

本日学んだことをいつも心に留め置き、交通事故に遭わないよう気を付けましょう。

(文責: 下高木 久富)



高木瀬校区人権・同和教育推進協議会 総会・研修会開催

6月26日(土)、令和3年度高木瀬校区人権・同和教育推進協議会総会および研修会を規模を縮小して開催しました。

昨年度の事業報告、決算・監査報告、役員案、今年度の事業計画および予算案について審議され、承認されました。組織体制の見直しに関する意見が出され、来年度に向け検討していくが確認されました。

続いて、佐賀市社会同和教育指導員の中村勝英さんによる「新型コロナウイルス感染症と人権」というテーマでの研修会を実施。誤った情報から引き起こされる差別、ワクチンを「うたない」を選択した人への差別など、自己中心的な価値観が偏見や差別的扱いにつながると話されました。合わせて全国中学生人権作文コン

テスト受賞作「人との接し方」が紹介され、思い込みや決めつけ、先入観などについて参加者で意見交換をしました。



ワクチン差別なくさんば!

新型コロナウイルス感染症のワクチン接種は強制ではなく、感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について理解したうえで自らの意思で接種を受けることになります。また、体質や基礎疾患(持病)などの理由でワクチンを接種できない人もいます。

接種していない人は決して「コロナ対策をしていない人」ではありません。接種していない人に対して、接種の強制や差別・不利益な取扱いを行わないようにしましょう。

ひとりで悩まずご相談ください

- ◆みんなの人権110番(法務局)
0570-003-110 (8時半~17時15分)
- ◆人権啓発センターさが(佐賀県)
0952-25-7229 (9時~17時)
- ◆人権・心配ごと相談(佐賀市)
0952-40-7085 (問い合わせ)

毎週火曜日 13時30分~16時30分
佐賀市役所 本庁1階 市民相談コーナー
支所は月1回実施

※上記相談については、土日、祝日、年末年始を除きます

- ◆インターネット人権相談窓口(法務局)

<https://www.jinken.go.jp/>

【問い合わせ】 佐賀市人権・同和政策・男女参画課

TEL40-7367 FAX34-4549 ✉ jinken@city.saga.lg.jp



<p>小説8050 林真理子／著 新潮社</p> 	<p>薬剤師が教える 子どもから大人まで「飲み続けると危険な薬」 宇多川久美子／著 PHP 研究所</p> 
<p>ラクうまおうちスイーツレシピ 材料3つから簡単! まんまるkitchen／著 ワニブックス</p> 	<p>小さな里山をつくる チョウたちの庭 今森 光彦／著 アリス館</p> 
<p>モグラのモーとグーとラーコ みやにしたつや／作・絵 ポプラ社</p> 	<p>おきがえできるかな? コンノ ユキミ／作 講談社</p> 

この他にも新着本がありますので、ぜひご来館下さい。

交通ルールを守りましょう!

●公民館駐車場から外に出るときは要注意!

公民館駐車場から外に出るときは、**必ず一時停止**をして、左右の安全を確認しましょう。その際は、自動車だけでなく歩行者や自転車にも気を配りましょう。また、公民館前の信号機は、「**時差式信号**」となっています。片側が赤になっても、反対側はまだ青なので、必ず両側の自動車等の流れが途切れてから外に出ましょう。



●右左折時は、早めのウインカー点灯を!

公民館敷地内へ入るために、右折・左折をする場合は、ウインカーを早めに点灯し、後続車に減速の意思を伝えましょう。特に右折をする場合は、**右車線は直進の表示しかない**ため、合図が遅いと追突事故などにつながります。



図書室開室時間: ☆:10:00 から 17:00 まで (水～土曜日)

★:12:00 から 17:00 時まで (火曜日)

※最終木曜日は館内整理日のためお休みです

佐賀市立図書館高木瀬分室 TEL:31-3507

8月

行事予定&図書室カレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2 民児協 子ども会	3 青少健 ★ 自治公民館長会	4 子ども会 ☆ 夏休み子ども教室	5 自治会長会 まち協役員会	6 東高木 ☆ 乳幼児・親子ひろば 文化祭検討委員会	7 ☆
8 山の日	9 交通安全協会 振替休日	10 体協 ★	11 少年育成委員 ☆ 民児協 身障会相談会	12 上高木 ☆	13 愛する会 ☆	14 まち協 ☆
15 休館日	16 ボランティア ボランティア	17 下高木 ★	18 辻 ☆ 赤ちゃんサロン	19 長瀬・坪の上 ☆	20 平尾・小里 ☆ 自治会長会	21 ☆ まち協高齢者見守り 部会 食改: 親子料理教室
22	23 上瀬・仲田代 長生会 ボランティア	24 寄人 ★	25 子ども会/日の出 ☆ 長生会	26 自公会 あいあい(子育て)	27 県営・城北 ☆	28 ☆
29	30 社協・食改 スマホ教室 子ども会	31 防災部会 ★	9/1 小・中 PTA ☆	9/2 長生会 ☆	9/3 川原屋敷 ☆ 乳幼児・親子ひろば	9/4 ☆