

令和元年 12月(師走)

令和元年12月 1日

女良公民館だより

氷見市女良公民館

館長 清水 孝則

7月21日

虻が島清掃・自然観察

雨で延期した「虻が島清掃・自然観察」を大勢の小学生の皆さんに参加いただきました。今年もごみ拾いと自然観察をし、浜ウドやウミウシの生息も確認できました。特長のある虻が島の自然とその自然を守る大切さを学びました。



8回目「女良を撮ってメラーレ！」

今年もおかげさまで、女良の風景写真展「女良を撮ってメラーレ」の写真コンテストの作品が集まりました。参加して下さった皆様、ありがとうございます。作品はプラファで展示しますので、是非お立ち寄りいただき、女良のよさを再発見していただけたら幸いです

展示期間 11月30日(土)～12月8日(日)

展示場所 プラファ

「わかめ養殖体験」スタートしました！

今年度も「わかめ養殖体験」を計画しています。今年は「わかめの種」が例年より早く届き、11月24日に急遽わかめの種付けを行いました。参加者の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。

3月には「わかめの刈り取りと試食会」を予定していますので、是非ご参加ください。

ミニ門松づくりに挑戦してみませんか？

今年も新年を迎える準備の一つとしての「ミニ門松づくり」を計画しています。地域でとれる竹や松などを使って作ります。雨天でも行いますので、家族で新年を迎える準備として取り組んでみませんか？

1 日時 12月22日(日) 9時～12時

2 持ち物 軍手・会費500円

3 場所 産業文化センター

申込締切は12月15日までです。清水公民

館長 (090-7087-4447) までご連絡ください。

女良地区健康づくりの活動の様子を紹介します

10月23日 ノルディックウォーキングを体験！

健康ウォーキング活動として2本のポールを持って姿勢よく歩く方法を習い、姿の集会場前から大境の展望台まで往復しました。

今年は男性も参加していただき、総勢21名で、坂道でのポールの使い方体験しながら歩きました。

天候にも恵まれ、秋の景色を楽しみながら歩き、リフレッシュできました。ご協力ありがとうございました。



10月25日 高齢者料理教室



「高齢者料理教室」を女良地区女性活動拠点施設(中波の集会場)で行いました。「しっかり食べて健康長寿」をテーマに総勢32名の皆さんと健康寿命を伸ばす過ごし方の話を聞いたり料理を作ったりして、楽しい時間を過ごすことができました。ご協力ありがとうございました。