

## 避難訓練

5月30日(火)、午前10時、海峰小学校で避難訓練が行われました。今回の避難訓練は、阿尾公民館も参加しました。出火場所は職員室という想定で、避難場所は雨模様のため体育館でした。全校児童が避難に要した時間は、約5分でした。静かに迅速に避難ができました。

今回の避難訓練は、公民館の職員も参加しました。



## リンゴの摘果作業体験

6月7日(水)、海峰小学校の3年生13名が指崎の扇浦農園で摘果作業を行いました。リンゴが小さいうちに、成長の悪いリンゴや小さいリンゴを取って大きいリンゴを残すという大変な作業でした。

秋になったら、おいしいリンゴが食べられるのも、このような大変な作業をしているからだなぁと感じていました。



## R5 よくばりウォーキングの見所

今年よくばりウォーキングは、7月30日(日)、灘浦方面に行きます。

子供たちが楽しめる場所が多くありますので、子供たちの参加もお待ちしています。



①大境洞窟…分かりやすい展示になっており、専門家の説明もあります。



②展望広場…有磯海が一望できます。

③栽培漁業センター…リニューアルされ、楽しく魚に触れる体験や観察、ゲームもできます。

閉ざされた研究施設から、親しみやすい見学施設に大きく変身しました。



## \* 公民館主事の独り言

※「自分を休ませる練習」 矢作直樹(東京大学名誉教授)著より引用

やわらかな心を取り戻すための、最も簡単な方法があります。それは、「褒める」ということです。褒めは最強です。



まず、自分を褒める。今を生きている自分、嫌なことも、つらいことも、すべてを受け止める自分。

笑ったり、泣いたり、怒ったり、寂しがったり、喜んだり。小さなことから大きなことまで感情を向ける自分。そんな自分を「よくやっている」と褒めてください。労ってください。

次に、親しい人、近しい人を褒める。

いつもありがとうという感謝の気持ちを込め、ちょっとしたことで構わないので、その人を褒めてください。

一緒のときがいいでしょう。相手がないのなら心で念じること。込めた思いは通じます。

伝え方というテクニック面での良い、悪いではありません。

素敵だね、すごいね、さすがだね。

そんな単純な言葉でさえ、状況によって素直に嬉しいものです。心に深く染み入ることが多々あります。

褒めたほうも、褒められたほうも、心がやわらかくなる。

## ○ 7月の講座案内

講座名	曜日	開設日	講師・責任者	時間	部屋
生け花(池坊)	第1・3水曜日	5日 19日	西山栄津子	10:00~ 14:00	洋室
かな書道	第1・3月曜日	3日 17日	猶明 光華	13:00~	洋室
茶 道	第1・3土曜日	1日 15日	栗山 静子	8:00~	和室
学童茶道&百人一首	原則毎週木曜日	6日 13日 20日 27日	栗山 静子	15:00~	和室
手 芸	第3火曜日	18日	伏木あい子	13:30~	和室
潮華会(新舞踊)	毎週土曜日	1日 8日 15日 22日 29日	大野 朝子	19:00~	和室
潮月会(新舞踊)	毎週金曜日	7日 14日 21日 28日	大野 朝子	13:00~	和室
囲碁サロン	毎週月・水曜日	3日 5日 10日 12日 17日 19日 24日 26日 31日		13:30~	和室
フラダンス	第1・3月曜日	3日 17日	東軒みさ子	19:00~	和室
常磐会書道教室	第2・4土曜日	8日 22日	名苗くみ子	10:00~	洋室

## ○阿尾公民館からのお知らせ

- ・「阿尾ふれあいランチ」は、7月8日(土)です。
- ・「よくばりウオーキング」は、7月30日(日)です。

※詳細別紙

## ○おらっちゃん風土記(地名編)

### 「北八代」という地名の由来

ヤシロとは、昔神を祀るのに地を掃き浄め壇を設け、神籬(ヒモロギ)を神霊の屋のシロ(代)としたことによる。すなわちヤシロとは、神を祀る聖地を意味し、箭代神社からきていと考えられる。また、北八代の「北」は方位を示すものであろう。

### 「箭代神社」について (御由緒から)

本神社は延喜式内箭代神社にて、祭神は葛城襲津彦命を祀る。本市内の市民其の子孫多き故か、氏祖の神社という。

旧八代庄北八代村、箭代神社として、33ヶ村の総社たり。明治5年七尾縣に郷社に加列せられ、昭和5年富山県の縣社に昇格す。氷見市内において最古、最高位の神社なり。

※「氷見市地名考」 児島清文著(氷見報知新聞社発行)

※「氷見市地名の研究」 中葉博文著(日本地名学研究所発行)

祭神葛城襲津彦命は竹内宿禰の第8子にして、神功皇后摂政5年新羅を撃ち帰り、応神天皇14年更に加羅国に使いし、3年を経て帰られたり。

仁徳天皇の皇后、磐之媛命はこの命の御子にて、履中天皇・反正天皇の御生母なり。故に、命は2帝の御外祖父に坐す。

