



グーパー体操で楽しみながら体操する参加者の皆さん

## みんなで手をつなぎ健康づくり

### うしまど健康フェスタ

地域の健康づくりを推進するため、11月14・15日の2日間、健康フェスタが開催されました。牛窓町総合福祉センターで14日、赤枝郁郎さんの「これからの理想郷」と題する基調講演を開催。15日は牛窓体育館で実行委員メンバーによる「健康クイズ」や「グーパー体操」「ふれあい喫茶コーナー」などで参加者は楽しみながら自分の健康を見直しました。

「参加するとみんなに会え、健康も見直せ、自分の活性化になります」と、体操で体を動かした広畑久子さん（62歳・牛窓町牛窓）。木下美津子さん（62歳・牛窓町牛窓）は、「家から出て、このような催しに参加することが大切。家庭でも体操などを取り入れ、みんなが健康になれば良いと思います」と参加した喜びを話してくれました。

## 暮らしに潤いと安らぎを

### クリスマス用寄せ植え講座

「花のある暮らし」入門・寄せ植え講座が11月26日、長船町公民館で開催され、19人がクリスマス用に寄せ植えを楽しみました。

同講座は長船町公民館が、花を通して日々の暮らしに潤いと安らぎを与えようと開いているものです。参加者の皆さんは講師の説明を受け、シクラメンやパンジーなど5種類の花を思い思いにプランターに寄せ植え。「皆さんの作品も見せてもらえ、楽しいです」と青井純子さん（54歳・長船町長船）。柴田千鶴さん（47歳・邑久町尾張）は、「長い間楽しめる花は大好き。色合わせが難しかった」。金塚泉さん（46歳・邑久町豊原）は、「新しい情報も入り、講座の回数が増えたらうれしい」と話しました。



真剣な表情でクリスマス用の寄せ植えにチャレンジ



「おいしいね」出来たての子ヂミをほおぼります

## 「アンニョンハセヨ！」

### 話題の韓国文化・料理講座

国際交流と人権教育の一環で11月21日、邑久町公民館で韓国文化・料理講座が開催されました。子どもから大人まで16人が参加。「アンニョンハセヨ（こんにちは）」の元気なあいさつでスタートしました。

講師の美しい韓国言語・文化研究所の徐在蘭（ソ・イラン）さんは、「互いを知ること、互いを理解する」と、韓国と日本の文化の違いについて話しました。

参加者の皆さんは、特製タレで食べる「キムチチヂミ」と「海鮮チヂミ」の韓国料理にも挑戦。韓国の観光スポットや家庭でのしつけなどの質問もしながら、和やかな雰囲気の中で楽しい時間を過ごしていました。

## 100歳おめでとう！

### 牛窓町牛窓 河崎定代さん



およろこびの賞状を手にする河崎さん

河崎定代さんが12月12日、100歳を迎え、岡山地方振興局石井健康福祉部長や市福祉課長補佐らがお祝いに訪れました。

河崎さんは、石井部長からのお祝いの言葉に「ありがとうございます」と涙を流して喜び、大勢の皆さんから祝福を受けました。

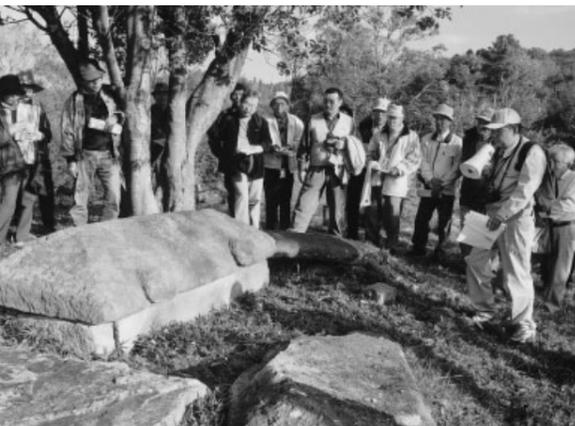
大変お元気な河崎さんの長寿の秘訣は、「好き嫌いなく何でも食べ大食いしないこと。人との話が好きなこと」。これからも元気で過ごしてください。

## 長船の歴史をひも解く

### 須恵器の里の古墳群を探る

瀬戸内市と備前市の特性を生かした市町村広域連携講座の「備前瀬戸内発見伝―吉井川下流域の大古墳群を探る―」の第3弾、「須恵器の里の古墳群を探る」が12月2日、長船町で開催されました。県内の39人が受講。

午前中は、講師の亀田修一岡山理科大学教授が、長船町の古墳と須恵器生産について講義。午後からは、築山古墳や須恵古代館とその周辺を巡りながら、講師の木村修一前長船町文化財保護専門委員会委員長らから説明を受け学習しました。



築山古墳に残された石棺を興味深く見学し、説明に耳を傾ける参加者の皆さん

## ぼくらの頑張りを見てね

### 今城幼稚園で生活発表会

生活発表会が12月4日、今城幼稚園（奥田悦代園長・園児23人）で開催され、園児たちの元気いっぱいのお歌や劇に、訪れた家族の皆さんらが大きな拍手を送りました。

年少のこどり組の劇遊び「おかみとこやぎ」では、園児たちが楽しみながら、舞台いっばいに演技を繰り広げました。

「小さな世界」の手話と歌を披露した年長のうさぎ組は、英語の歌詞も上手にこなし、成長した姿を披露しました。

保護者の皆さんも、子どもたちの前で「大きな古時計」などを歌い上げ、先生たちも「きよしこの夜」をベル演奏。

一人ひとりが輝き、温かくて、活気に満ちた生活発表会となりました。



友達や家族の前で楽しそうに演技する園児たち