

きずな

公民館へ行ってみよう

発行 令和 7 年 8 月 1 日

協和公民館だより

みんなとみんなをつなぐ公民館

館長 伊藤 博治

電話・FAX 68-2121

アントニオ猪木が教えてくれた元気づくり方

～実況の効用は認知症と誤嚥性肺炎予防！

ローカルタレント ローランド金田さん(尾道市吉和公民館長)を講師にお迎えし、第2回 いろどりカレッジ北部教室を7月10日(木)に開催しました。

アントニオ猪木に憧れてプロレスに打ち込み、リングアナウンサーに挑戦。ご自身の吃音体験から「あいうえお、ちゃちゅちゅえちゅ」が最初につく言葉が出にくい場面を克服するため、言いかえ言葉(チャンピオンなら世界王者)で言葉数を増やし、やがてスポーツ中継、尾道みなと祭りの実況アナウンスで地域を盛り上げられてきました。

「実況」は誰でもできる長寿の秘訣。実況すれば、①頭の回転が良くなる。②目に見えないものまで想像して話題にできる。③同じ言葉を口から十回言い続ければ「叶う」

④発声する時はのどの奥を開いて10回「アイウエオ」を1日5回。「人生最後の瞬間まで実況を続けてください」と言われました。



締めくくりは1, 2, 3、ダー！

平谷幸会の小早川会長は、謝辞の中で「元気をいただきました」と述べられました。



第3回 府中市いろどりカレッジ北部教室 開催予定

日時： 令和7年 9月11日(木) 10時：00分～11時：00分

場所： 協和公民館 多目的ホール

講師： 府中マダム・セプテンバー・サークル(代表 三木洋子さん)
府中英会話サークルのみなさん

演題： 「いろいろな音色を一緒に楽しみませんか」
カリンバ、二胡、ピアノ、コカリナ、ヘルマンハーブ、アंकロン

受講料： 100円(どなたでも参加できます。)

☆ 問い合わせ 協和公民館 0847-68-2121 府中市教育委員会 教育政策課 0847-44-9023



ボッチャ大会

協和女性会親睦会

寺子屋始まり

次回詳しく報告

7月30日水曜日



6月28日 土曜日 石けん教室



化粧水とハンドクリームを作りました。
無添加の化粧水は、2～3週間で使い切りです。
各自好きな香料を入れてオリジナルにできました。



ハーバリウム教室

7月24日 木曜日

デコパージュ教室

世界に1つの物ができた。

上手くのりづけ出来るかな、なかなか難しいけど、楽しいから、時間が直ぐにたちます。



オリジナルなペン立てです



巡回診療 8月8日
9時30分～11時30分

～スマホ教室～

8月9日(土) 11:00～12:00

★ あんしん安全

8月23日(土) 11:00～12:00

お知らせ

8月お休みします

- ★ すこやかルーム
- ★ こぶしの会
- ★ すずらんの会
- ★ 陶芸教室
- ★ パン作り教室

キノコの女王と呼ばれる
キヌガサタケ
3時間でしぼんでしまう



2025年8月

今月のごみ収集日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					可燃	
3	4	5	6	7	8	9
		可燃	プラ		可燃	
10	11	12	13	14	15	16
		可燃	プラ	埋立	可燃	
17	18	19	20	21	22	23
		可燃	プラ	ペットボトル	可燃	
24	25	26	27	28		30
		可燃	プラ	資源	可燃	
31						