

こもれび 冬のフェスタ 2023 ステージ発表会 ただ今 絶賛 準備中！

日頃から近隣センターこもれびを利用して、楽器演奏・コーラス・踊り・和太鼓などに励んでいる皆さまの発表の場として、「こもれび 冬のフェスタ 2023」を開催します
出演団体などの詳細は、2月1日発行の「こもれびだより」でお知らせします

- ★ 開催日：令和5年 2月11日(土・祝)、12日(日)
午前の部 10:00～ 午後の部 13:00～
- ★ 場 所：近隣センターこもれび 多目的ホール
- ★ 問合せ：近隣センターこもれび「冬のフェスタ」担当 谷口 ☎ 7165-2011



美味しい お蕎麦を 打ってみませんか

「第86回 こもれびそば打ち教室」 参加者募集

初めての方でもご心配いりません！ マン・ツー・マンで丁寧に指導します
材料は厳選された長野県産そば粉、味・香り・のどごし すべて最高です

- ★ 日 時：令和5年 1月22日、2月26日、3月26日
全3回 何れも(日) 9:00～14:00
- ★ 場 所：近隣センターこもれび 調理室
- ★ 定 員：全3回参加できる方10名(応募多数の場合は初心者優先)
- ★ 参加費：500g打ちコース(約5食分) 1,800円/回(初心者はこちら)
700g打ちコース(約7食分) 2,000円/回
※ 参加費は各回徴収させていただきます
- ★ 持ち物：マスク、エプロン、バンダナまたは三角布、タオル、布巾2枚
そば持ち帰り用容器(A4サイズで深さ5cm以上の容器)
- ★ 申 込：往復はがきに教室名「第86回そば打ち教室」と明記
①〒住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号 ④希望コースを明記
宛先) 〒270-1144 東我孫子1-41-33 近隣センターこもれび
- ★ 締 切：令和5年1月6日(金) 必着
- ★ 問合せ：近隣センターこもれび「そば打ち教室」担当 舘野 ☎ 7165-2011



音楽&運動でストレス解消！ 介護・認知症予防を！！

「シニアいきいき講座－歌声編」 参加者募集

プロの歌唱指導とピアノ伴奏で、懐かしい昭和歌謡を一緒に歌いましょう

- ★ 日 時： 12月18日（日） 13:30～15:00
- ★ 場 所： 近隣センターこもれび 多目的ホール
- ★ 内 容： 歌唱指導）河原 啓子さん（ソプラノ歌手）
ピアノ伴奏）稲吉 宏子さん（ピアノ教室主宰）
- ★ 定 員： 40名（要申込・先着順）
- ★ 締 切： 12月16日（金）
- ★ 参加費： 無料
- ★ 持ち物： マスク、上履き、飲み物



「シニアいきいき講座－健康体操編」 参加者募集

初めての方も大歓迎！ ストレス解消・心身のリフレッシュでシニアに人気の講座です

- ★ 日 時： 令和5年1月29日（日） 13:30～14:30
- ★ 場 所： 近隣センターこもれび 多目的ホール
- ★ 内 容： ミュージックフープ健康体操&ヘルスリズムス体験
講師）山口 江美さん（NPO「鼓響」理事長）
- ★ 定 員： 40名（要申込、先着順）
- ★ 締 切： 令和5年1月27日（金）
- ★ 参加費： 無料
- ★ 持ち物： マスク、上履き、飲み物



★ シニアいきいき講座の参加申し込み方法

電話、または 窓口で ①氏名 ②住所 ③電話番号 を登録

窓 口）天王台地区社会福祉協議会（近隣センターこもれび内）

電 話）7183-9009（月～金 9:00～12:00 13:00～16:00 祝日、第2・4火曜日を除く）

＊ ＊ ご参加にあたってのお願い ＊ ＊

本号に掲載の講座・イベント等にご参加の場合は、次の事項をお守りください。

- ＊ 原則、マスクを着用してください。
- ＊ 各自、飲み物をご用意の上、適宜水分を摂取してください。
- ＊ 参加前に検温をお願いします。ご本人・ご家族に発熱がある場合や体調がすぐれない場合はご参加いただけません。
- ＊ 参加前後に手洗い・手指消毒・うがいをしてください。
- ＊ そのほか、担当者からの指示には従ってください。

※講座・イベント等は、新型コロナウイルスの感染状況により、中止や変更になる場合があります。

新年も 笑って 免疫力アップしましょう

「ラフターヨガ」 参加者募集

「ヨガの呼吸法」と「笑い」を組み合わせた、誰でも出来る楽しい健康体操です
子どものような遊び心で、一緒に笑って元気になりましょう！

見学は自由、興味をお持ちのあなた のぞいてみるだけでも OK ですよ

- ★ 日 時：令和 5 年 1 月 9 日（月） 10:00～11:30
- ★ 場 所：近隣センターこもれび 多目的ホール
- ★ 講 師：ラフターヨガ・ティーチャー ふじもとゆうこさん
- ★ 参加費：無料
- ★ 定 員：15 名（要申込、先着順）
- ★ 持ち物：**マスク**、タオル、飲み物、動きやすい服装
入口で検温をお願いします
- ★ 申 込：電話 または 窓口で ①氏名 ②連絡先 をおしらせください
- ★ 問合せ：近隣センターこもれび「いこいの広場」担当 柚原(ゆはら) ☎ 7165-2011



🎵 こもれびまちづくり協議会 事業のご紹介 「こもれび合唱隊」 🎵

「こもれび合唱隊」は 2014 年度に結成した混声合唱隊です。

「歌でまちづくり」をコンセプトとし結成から 8 年、各イベントに参加したり、介護福祉施設を訪問したりと歌を通して多くの笑顔に接しています。コロナ禍で活動は制限されることもありますが、「こんな時に歌っていいのかわからない」とはならず、「こんな時こそ歌いましょう！」と男女 19 名の力エールは大真面目に歌っています。ケロケロケ～♪

昨年度よりスタートした天王台地区社会福祉協議会との共催事業「シニアいきいき講座-歌声編」にお手伝いとして参加し、会場の皆さんと大合唱を楽しんでいます。

今、私たちが練習しているのは「広い河の岸边」「この街で」「夜明けのうた」「切手のないおくりもの」「夢をかなえてドラえもん」「いい日旅立ち」などです。あなたも仲間になって一緒に歌いませんか？

- ★ 練習日：毎月第 2・4 水曜日 10:00～11:30
- ★ 場 所：近隣センターこもれび 多目的ホール
- ★ 講 師：河原啓子さん 稲吉宏子さん（シニアいきいき講座-歌声編 講師）
- ★ 会 費：1 カ月 500 円
- ★ 問合せ：近隣センターこもれび「こもれび合唱隊」田中 ☎ 7165-2011



近隣センターこもれび 年末年始のご利用について

- * 12月26日(月)までは平常どおりご利用いただけます。
- * 12月27日(火)は、**休館日**です。
- * 12月28日(水)は、午後には年末大掃除を行うため、**12時以降は休館**となります。
- * 12月29日(木)から令和5年1月4日(日)までは、**年末年始休館**です。
- * 1月5日(月)から平常どおり開館します。

★こもれびのクリスマス★

12月5日(月)から、大きなツリーを談話ロビーに、建物入り口にはイルミネーションを飾ってクリスマスをお祝いします。暗くなるとキラキラときれいですよ。

また、26日(月)からは、ロビーに大きな凧と花を飾って新しい年を迎えます。ぜひ見にいらしてください。



(館内飾りチーム)

こもれび*おはなし会

♥ **午前の日** (乳幼児向き) 11:00~11:20 2階 和室

12月	8日(木)	① ポケット ③ 大型絵本「たろうくんのじどうしゃ」	② 6つのいろ
	22日(木)	① クリスマスのかくれんぼ ③ 大型紙芝居「おおきくおおきくおおきなあれ」	② しましましましよ
令和5年 1月	12日(木)	① おふろにはいろ ③ 紙芝居「おはいんなさい！」	② おせんべ やけたかな
	26日(木)	① だるまさんが ③ 大型絵本「あかまるちゃんとくろまるちゃん」	② ぼくのてぶくろ



♥ **午後の日** (園児以上向き) しばらくお休みします

ストリートギャラリー

地域の皆さまの作品や季節の飾りを展覧しています どうぞらんください

展示期日	出展者	展示物
12月6日~12月19日	山崎 いつ子 様	水彩画
令和5年 12月26日~1月16日	こもれびまちづくり協議会 (館内飾り)	お正月飾り
1月17日~1月29日	若草彩画会 様	水彩画

展示期間は2週間単位、申込み受付順で展示ができます。詳細は受付でご確認ください。

こもれびコラム 「師走と年の瀬」

今年も早いもので12月となりました。残すところあと一ヶ月。一年のまとめに来年の準備に何かと慌ただしい季節でもあります。一年の締めくくりの12月は、別の名称で「師走」と「年の瀬」が使われます。この二つの言葉がなぜ12月に使われているのか、ふと疑問に思いその語源について調べてみました。「師走」はもともと旧暦の12月を指す言葉ですが、今では陽暦の12月の異称として親しまれています。語源は諸説ありますが、有力なのは師走の「師」は僧侶であるという説です。かつては冬の季節に僧侶を招いて説教などの仏事を行う家が多かったため、お坊さんが東西に忙しく走り回ることになり「師(し)」が「馳(は)せる」から「しはす」にな

ったといわれています。

「年の瀬」の語源は江戸時代のツケ払いであり、たまったツケ払いのせいで年の暮れは落ち着かないことから、年の瀬という言葉が生まれたといわれています。「年の瀬」の「瀬」は流れが急で速い川を示す言葉であり、年に瀬という言葉を組み合わせることで12月の忙しく慌ただしく時間が過ぎていく様子を意味しています。

12月の慌ただしさ、押し迫った感じをよく表したこの二つの言葉の語源いかがでしたか？それではどうぞ良い年の瀬をお迎えください。(信)



***** ホームページ「ようこそ近隣センター こもれびへ」もどうぞ *****

「こもれびだより」の次号(第105号)は、令和5年2月初旬に発行の予定です。2月初旬には、近隣センターこもれびでも配布しますので、お急ぎの方はご利用ください。

発行者 こもれびまちづくり協議会 会長 福井茂紀
事務所 我孫子市近隣センターこもれび
所在地 〒270-1144 我孫子市東我孫子 1-41-33
電話 7165-2011 Fax 7165-2201
URL <http://www.1a.biglobe.ne.jp/abiko-komorebi/>