

楽しい寄せ植え講座の様子

コニファーや葉ぼたん等を植え、お正月に楽しめる、綺麗な寄せ植えが完成しました。



自家製みそ作り講座の様子

一人当たり約8kgのお味噌を作りました。秋のお彼岸の頃に美味しいお味噌になるのが待ち遠しいですね。



わらべうたベビーマッサージ & 手形アート

日時 3月6日(水)
13:30~15:30
対象 2歳未満のお子様と保護者
定員 6組
費用 無料
持ち物 バスタオル
申込み 2月6日(火) 8:30~

わらべうた風のメロディーに合わせて、ベビーマッサージをします。覚えやすいメロディーと動きなので、お家でも続けられますよ。合わせて春らしい手形アートも作ります。

「とよおか芋び舎」講座 講演会「社山城と地域の人々」

日時 3月10日(日)
13:30~15:30
対象 大人 定員 70人
費用 無料 持ち物 筆記用具
申込み 2月14日(水) 8:30~
講師 坪井俊三先生
(磐田市文化財保護審議会委員)

戦国時代直前に、磐田市の北部・豊岡地区周辺を生活の場としていた人々の動静と、社山城について、文献から語っていただきます。(講演に先立ち、社山城で採集した資料について紹介します)

第2弾 田舎こんにゃく作り講座

日時 3月10日(日)
13:30~16:00
対象 大人(1回目を受講されていない方優先)
定員 12人
費用 500円
(受講料100円 材料費400円)
持ち物 エプロン・マスク・三角巾・ふきん3枚
申込み 2月9日(金) 8:30~
昔からの製法で、こんにゃく芋からこんにゃくを作ります。ゆずたっぷりのゆず味噌も作ります。

2月の豊岡東交流センター講座ご案内(講座申込みは開催日の1か月前からです)

みんなで「冬の星座を見よう」

2月3日(土) 18:00~20:00

冬の空気は澄み渡っていて、星が一番きれいな季節です。「遠州天体写真愛好会」の皆さんの天体望遠鏡で観察します。満天に輝く星空は、とても印象的です。

対象:どなたでも(小学生は保護者同伴)
定員:20人
費用:100円(高校生以上受講料)
雨天・曇天は翌日に延期します。

足もみ脚もみ健康法(官足法講座)

2月8日(木) 10:00~11:00

足裏の反射区や脚を、深く強くもみほぐすことで、全身の血行を促し内臓を活性化する官足法です。どのくらいの強さで押すのが良いのか、どの部位をどのように押すのか、自宅でも続けられる自己ケア方法を教わります。少しの痛みを笑いに変えて健康になりましょう。

対象:大人 定員:8人 費用:600円(受講料100円、資料代500円)
持ち物:ハンドクリーム・常温水または白湯を入れた水筒・タオル
その他:動きやすい服装

獅子ヶ鼻トレッキングコースを歩こう

2月25日(日) 9:00~12:00

オープン以来、多くの方が訪れる、人気のコースを歩いてみませんか。スリルのある眺望もありますが、ボランティアガイドの案内で楽しく歩きましょう。

対象:大人 定員:30人
費用:200円(受講料100円、保険代100円)
持ち物:飲み物、タオル、手袋、トレッキングシューズ(運動靴可)
※必要な方はお弁当
受付:8:45豊岡東交流センター

東交流センター ロビー展示

1月5日(金)~31日(水)
「絵画展」 鶴田春男

2月6日(火)~3月3日(日)
「なつかしい雛人形展」 サークルわらべ



豊岡 中央・東 交流センターだより



交流センターカレンダー 令和6年2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

は閉館日です。

豊岡中央交流センター
〒438-0116 磐田市吉貫地76番地5
☎:0539-62-9130
fax:0539-62-9155
Email:toyookachuo-koryu@sage.ocn.ne.jp

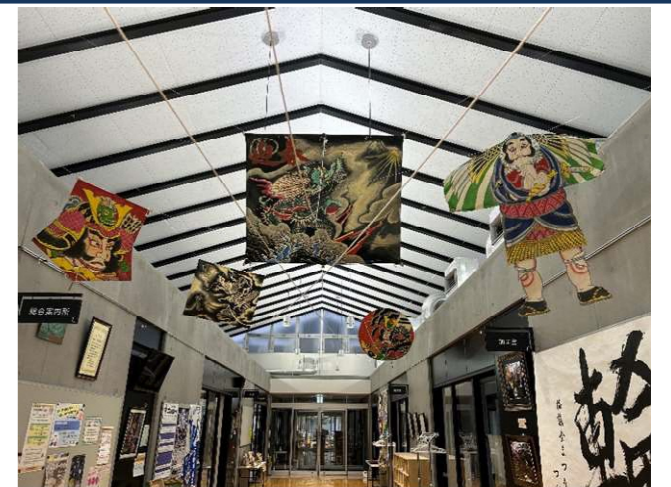


豊岡東交流センター
〒438-0106 磐田市敷地1187番地3
☎:0539-62-6669
fax:0539-62-3426
Email:toyookahigashi-koryu@tiara.ocn.ne.jp

豊岡中央交流センター

~懐かしい「和風(タコ)」でお正月気分を~

1月31日(水)まで、豊岡中央交流センター内の通路で、和風を展示しています。現在は製作を行っていませんが、上神増の広瀬タコヤさん(伊藤宣夫さん)のご協力をいただき、お店で保管している武家(ブカ)凧や駿河凧など5枚を見ていただくことができます。お正月の風物詩でもあり、昔懐かしい凧を見て、子どもの頃を思い出しながら、お正月気分を味わっていただければと思います。みなさんぜひ、ご覧ください。



~上神増楽寿会 手芸クラブ 作品展示~

上神増楽寿会 手芸クラブ(部長 村松恵司さん)の作品を、豊岡中央交流センターで展示しています。身近にあるタオルや布切れ、折り紙、毛糸、紙コップなどを使って、動物や傘、小物入れなどを18人の会員が作成しています。これまでの手芸の経験を活かしながら、みなさんで楽しく作品作りに取り組んでいます。2月7日(水)まで展示しています。色鮮やかで、可愛い作品をご覧ください。



まちの保健室【健幸のまど】

磐田市健康増進課 ☎:0538-37-2013

みんな気になっている! 高血圧の疑問?

◇訪問などで質問されることが多いものをまとめてみました◇
●血圧が高いと何が問題?症状がないから大丈夫?
高血圧になると、影響を受けるのは「脳」「心臓」「腎臓」です。3つの臓器は血圧が高いと血管が痛みやすい共通の弱さをもっています。高血圧は、血管の痛みが進み脳卒中や心筋梗塞などが起きたときにはじめて症状が出ます。

参考)保健指導で高血圧パラドックスの解消へ
磐田市健康増進課 松浦佳恵



●家では血圧は低いですが、健康診断や病院だと高くなるのは大丈夫?
血圧が高い時があることは事実であり、将来高血圧になる可能性が高いため、家での血圧測定の継続が大切です。家での血圧が高くなるようでしたら測定結果をお持ちの上医師へご相談ください。
●高血圧の薬はずっと飲み続けられないといけない?
医師の判断にもよりますが、基本的には飲み続ける必要があります。毎日飲むのは大変ですが、高血圧の薬は血圧を正常に保ち、脳・心臓・腎臓を守るために飲んでいると考えてみたらどうでしょうか。

豊岡東交流センター

フルーツフル・ノールズ・ワークショップ 『どうする豊岡』を開催

12月9日(土)に、60人が参加して開催。東京学芸大学の鉄矢悦朗教授による、『螺旋と摩擦～STEAM探求～』と題した新聞紙を使ったワーク講義が行われました。新聞紙を丸めて高く伸ばすことに挑戦。遊びのようだが工夫が必要。子どもと大人は切り離されたものではない。まずは、地域の大人が目を輝かせて工夫を凝らし、デザインしていくことを体感してもらいました。



交流センター玄関前に門松



12月17日(日)に、大平の有志の皆さんにより、今年も、門松を設置していただきました。良い年が迎えられます。ありがとうございました。

民俗誌『敷地の民俗』刊行・報告会

12月16日(土)に、90人が参加して開催。遠州常民文化談話会が県立農林環境専門職大学中山研究室と令和2年度から敷地地域を訪れ、多くの方々から様々なお話を聞き、生業や交通・交易、衣食など10章にまとめ刊行しました。報告会では、中山先生の全体報告、執筆者による分野別報告、協力住民とのシンポジウムが行われました。



表紙デザイン: 伊藤文彦さん



令和6年初日の出



『敷地の民俗』A5版310頁 1,200円送料180円
編集発行: 遠州常民文化談話会
※FAX申込用紙は豊岡東交流センターにあります。

豊岡中学校

【TEL:0539-62-2085】

ヤマハ発動機・社長講話(2年生)

12月13日、2年生は、ヤマハ発動機株式会社の日高祥博社長による講話を聴きました。日高社長の自己紹介から始まり、ヤマハ発動機の会社説明、仕事に対する思いなどを、分かりやすくお話していただきました。また、手ぶりや言葉に反応して自律走行するバイク試作機「モトroid2」の実演も行いました。日高社長のジェスチャーや言葉に反応し、モトroid2が前進、停止、後退する様子は、まるで生き物のようでした。講話のまとめに「中学校時代に理解してほしい事」として、「一人でできることはたかが知れている。仲間と協力して成果を上げる」「今、自分が本気でやりたいことを見付ける。そして、考える癖を付ける。それが将来への羅針盤になる」と、貴重なお言葉をいただきました。



豊岡北小学校

【TEL:0539-62-2036】

豊岡北小重点目標 3つの花をさかせよう

「なわとび教室」を開催しました

日本なわとびアカデミー講師による、楽しく身につく出張なわとび教室を12月13日(水)に行いました。「なわとび教室」は1年生と2年生が参加しました。当日は、『5重跳び』『6重跳び』のギネス記録保持者の森口明利氏を講師に迎え、世界トップレベルのデモンストレーションを観ることができました。

デモンストレーション後に、学年ごとに「なわとび教室」を開催し、縄跳びを身近に楽しめるコツや縄の持ち方や回し方等、基本的な縄の扱いを教えることができました。「なわとび教室」で観たデモンストレーションに感動したり、丁寧に実技指導をしていただいたりしたため、子どもたちの縄跳び練習への意気込みが高まりました。昼休みや休み時間にも進んで練習に励む児童の姿が見られました。



ギネス記録の「5重跳び」を披露

5mの縄で前回り跳び

複数人でも楽しめる技とコツを体験

豊岡南小学校

【TEL:0539-62-2155】

子供たちは、2学期の各種行事や学習活動に意欲的に取り組み、持てる力を精一杯発揮して、大きく成長しました。

1年生:生活科の学習で、浜北森林公園に出かけ、たくさんのお話を聞きました。



3年生:これまで大切に育ててきた落花生や海老芋の収穫をして、喜びを味わいました。



5年生:宿泊体験学習をとおして友達とのつながりを深め、協力する大切さを学びました。



2年生:生活科の町たんけん図書館を見学し、多くの気づきや学びがありました。



4年生:福祉の学習で、車いすで生活している人たちの気持ちを体験しました。



6年生:長縄記録会では、仲間と協力し合いながら、記録の更新に向けて挑戦しました。

豊岡南幼稚園

【TEL:0539-62-2544】

教育目標 『笑顔いっぱい やる気いっぱい 心豊かな広瀬っ子』



友達と誘い合い、ドッジボールや鬼ごっこを楽しみます。遊びを進める中で、集団遊びの楽しさ、ルールを守る大切さを学んでいます。

3学期が始まりました。今年も辰のように元気いっぱい体を動かし、先生や友達と一緒に様々な遊びに取り組んでいきます!



園で育てたダイコン、カブ、ブロッコリー等の収穫をしました。いろいろな食材を食べて、元気に過ごします!



干支の辰を描きました。部屋に飾り、新しい年を迎えます。



入園説明会を実施します。2月7日(水)8時45分からです。お子様とお越しください。

アルミ缶回収に御協力をお願いします。※2月は21日(水)です。

豊岡こども園

【TEL:0539-62-2545】



干し柿作り

柳沢好子さんと鈴木学さんに教えていただき、干し柿づくりをしました。ピーラーで皮をむき、熱いお湯に10秒浸してから中庭の通路に吊りました。「色が変わってきたね。」「小さくなってきたよ。」と毎日様子を見て食べるのを楽しみにしています。

餅つき会

鈴木学さんにご協力いただき、餅つきをしました。年長児は杵を持って「べったんべったん」お餅をつきました。年少、年中児は「よいしょ〜!!」と掛け声で応援しました。その後、年長児はついたお餅で鏡餅をつくって持ち帰りました。



クリスマス会

サンタクロースが豊岡こども園に来てくれました。1人ずつプレゼントをいただき、子どもたちは大喜びでした。

広瀬こども園

【TEL:0539-62-2104】

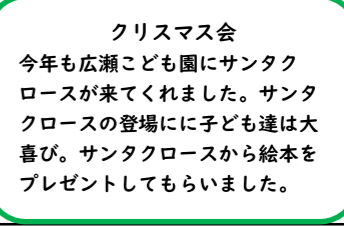
幼稚園卒で入園を希望される方は園までお問合せください。TEL 0539-62-2104 <https://www.hirosekodomoen.jp/>



ラグビー教室
静岡ブルーレヴズの方が来園し、子どもたちにラグビーの楽しさを教えてくれました。



スケート教室
あやめ組さんは初めてでしたが、最後には立ち上がった子が多くなりました。



クリスマス会
今年も広瀬こども園にサンタクロースが来てくれました。サンタクロースの登場に子ども達は大喜び。サンタクロースから絵本をプレゼントしてもらいました。



成道会
お釈迦様が悟りをひらいた日を記念して法要を行いました。