

2026年 ふれあいタウン大島 7月号 公民館だより

Information on the Oobatake
発行・問合せ:大島公民館 ☎45-2226 FAX45-2676



七夕に夜空を見上げ…だけじゃない？

7月7日といえば七夕。短冊に願い事を…のほかに七夕にそうめんを食べるのは、平安時代から続く無病息災を願う伝統があることをご存じですか？ルーツは中国から伝わった「索餅(さくべい)」という小麦粉のお菓子で、これが時代を経てそうめんへと変化しました。白い麺を「天の川」や織姫の紡ぐ「糸」に見立て、夏野菜のオクラを星型にして添えるなど、見た目にも涼しい工夫が楽しめます。暑さで食欲が落ちがちな7月。今夜はご家族で冷たいそうめんを囲み、健康を祈りながら夜空を見上げてみませんか。

【7月の公民館講座のご案内】

「西洋世界史講座同好会」

西洋世界史、勉強してみたら意外とはまるかも!!…です

【日時】7月11日(土)13:30~14:30 【場所】公民館2階中会議室

【内容】「エリザベスI世の生涯 ~英国の女王~」

【講師】木村優介さん

【申込】7月6日(月)までに☎45-2226へ



「西洋の歴史が好きな木村です。西洋の歴史に興味のある方、まあまあ興味ある方、ちょっと勉強してみようかなと思っておられる方、ぜひお越しください。」

カンタンおうちごはん 「おいしい たのしい 元気やない」 出前料理教室から

いよいよあつい夏がやってきます。今回は夏バテ対策で暑い夏を乗り切るための献立です。



【日時】7月24日(金)10:00~

【場所】公民館2階調理室

【内容】「あつい夏を乗りきる献立」

【講師】加藤友美さん(柳井市保健センター管理栄養士) 【材料代】800円

【申込】7月17日(金)までに☎45-2226へ

----- 6月講座の報告 -----

転倒予防エクササイズ「転ばぬ先の…転倒予防」6/10開催

(講師:三島孝雄さん)



先生が持ってきてくださった道具を使って楽しく受講できました。受講者の中に90代の方がおられ、ゆっくりではありますが、すべてクリアできておられました。私もこれから年を重ねていっても自分の足でいつまでも歩けるように教えてもらったストレッチを家でもやろうと思いました。

(受講者の美香子さん)