

社協ふれあい昼食会

2月6日(金)はムーランスターゆきさんをお招きして、美川憲一さんのものまねショーを披露して頂きました。なんと、ゆきさんは昔、市の職員をされていたそうです。(その頃はおとなしかったそうです)今はボランティアで市内を回ってショーを行っているそうです。ものまねは、ゆきさんが美川憲一さんが大好きと自慢されているとおり、話し方まで美川さんそっくりで良く研究されているなど関心しました。これからも頑張ってください。



話し方まで美川さんそっくりで良く研究されているなど関心しました。これからも頑張ってください。

主催：天籟寺社会福祉協議会

天籟寺サロン 毎月第3月曜 実施予定



2月16日(月)に「血行促進ストレッチ法」の講座を行いました。人は何もなくても1時間座っているだけで20分寿命が縮まると言われています。ポイントは足裏をほぐし

血行を良くして、体の動きを改善することです。例えば歩き出しは利き足からが多いので意識して逆足から歩き始める事を心掛ける。

足裏と腕を振って肩甲骨をしっかり動かしながら10分で良いので、しっかりとウォーキングを行うことで血行を良くして体の改善を図っていきます。

主催：天籟寺社会福祉協議会

血圧計設置しました！

最新血圧計が来ました！皆さん自由に血圧が測れますよ！最近ちょっと血圧が気になる！血圧の変化を知りたい！

日々の健康チェックにぜひ、役立ててみてください。

(ロビーに設置)



シニア向け講座『知っておきたいお金の話』

1月23日にJ-FLECの井上氏を講師にお招きして「豊かな老後のために知っておきたいお金の話」の講演をして頂きました。セカンドライフにおいて家計の見直しは重要です。

あまり必要の無い費用等は切り詰めて、収支のバランスを考えて生活していくことが大切です。また、最近増えている特殊詐欺、投資詐欺等に合わない様に注意も必要です。



吉津校長のようこそ「天籟寺小学校へ」

5年生を対象に「デジタル漫画教室」を実施しました。当日は、現役のプロ漫画家の先生を講師としてお迎えし、デジタル制作ならではの表現方法や、キャラクターづくりのポイントについて分かりやすく指導していただきました。

児童たちは、iPadやペンタブレットを使って実際に線を描いたり色を塗ったりしながら、デジタル画面での制作に挑戦しました。慣れない操作に戸惑いながらも、次第にコツをつかみ、思い思いのキャラクターを形にしていきました。

後半には、考えたキャラクターを主人公にした4コマ漫画の制作にも取り組みました。場面の構成を考えたり、表情の描き方を工夫したりと、子どもたちの創造力が存分に発揮され、個性豊かな作品が仕上がりました。

子どもたちからは「もっと描きたい！」という声も聞かれ、学びとともに大きな達成感を得られた様子がうかがえました。今回の体験が、表現する楽しさや新しい挑戦への意欲につながることを願っています。

これからの講座情報

(来館受付は9時から、電話受付は10時からです。)

講座名	開催日	時間	定員	内容	受付開始日	
天籟寺ゼミ・ 災害時に役立つ講座	腸活術で 元気はつらつ	4/24 (金)	10:00~ 11:00	15	ストレスは腸の動きを不調にする原因の1つです。腸内環境をよくすることを学び健やかな毎日をめざします。	4/6 (月)
	自分でできる リンパマッサージ	5/15 (金) 5/27 (水)	13:30~ 15:30	15	リンパマッサージでむくみや疲れ、こりなどをやさしくケアができます。	
	パッキング (エコで時短な料理方法)	6/24 (水)	10:00~ 12:00	12	耐熱性のポリ袋を使ってエコで時短な料理方法を学びます。 (材料費：1,000円)	
ベビーマッサージ	6/11 (木)	10:00~ 12:00	5	マッサージをしながら親子のふれあいと参加者同士の交流を深めます。(持ってくる物：バスタオル・ボディオイル)		

◆天籟寺市民センター職員募集◆

天籟寺まちづくり協議会は、天籟寺市民センターに従事する職員を募集しています。

- 応募資格 ①地域活動やボランティア活動に意欲があり、まちづくり協議会の諸行事への参画などに協力できる方
②市民センターの管理運営に必要な事務処理(パソコン作業あり)のできる方
③公共の乗り物で通勤できる方
- 募集人員 1名
- 勤務時間 9:00~17:00の8時間、週4日勤務(昼休み1時間)
※複数の職員による交代勤務(月に数回、土曜日に勤務あり)
※年数回、地域行事のため日曜日に勤務あり
- 雇用期間 令和8年4月1日~令和9年3月31日(ただし、勤務成績によって更新制度あり)
- 賃金 時給1,100円
- 休日 日曜日、祝祭日、年末年始
- 業務内容 ①市民センターの管理運営業務
②天籟寺まちづくり協議会主催の各種事業の推進業務
- 応募方法 履歴書を天籟寺市民センターに持参してください。(履歴書は返却いたしません)
- 募集期間 令和8年3月21日(土)17:00まで
- 選考 書類選考、及び面接(面接日は後日通知します)
- その他 年次有給休暇、雇用保険あり
※厚生年金、交通費、賞与、退職金なし