

津房地区公民館便り

編集・発行
津房地区公民館

電話番号
48-2001



寒中お見舞い申し上げます

平素よりの公民館活動へのご理解とご協力に御礼申し上げますとともに、今年度もよろしくお願いいたします。

津房地区公民館では、一昨年(令和五年)より、「茶飲みの市」と称してフリーマーケットを始めました。これは、地域のみなさまの交流が広がることを願って始めました。当公民館では現在、六つの講座と三つのサークル活動が定期的に行われていますが、新たな参加者が望まれます。

今年度、新たに認知症予防を目的に高齢者向けの「麻雀教室」を予定しています。後日、開講のご案内をさせていただきますので、ぜひご参加ください。

インフルエンザや新型コロナウイルス等の「風邪」が大流行中でなかなか収束に兆しがないようですが、健康に気を付けてお過ごしください。



津房地区公民館

館長 大坪 一郎

指導員 井福 英寿

高齢者向けの食生活改善健康教室が開かれました

健康のカギは

- ①減塩
- ②食べること



1月15日(水)宇佐市食生活改善推進協議会安心院支部(菜の花会)主催・津房まちづくり協議会協賛で、「健康教室」が開催されました。

会長の荷宮みち恵さんを中心に7名の皆さんで午前中「かちえびのちらしずし」

「かぼちゃとブロッコリーのサラダ」などの模範料理を作りました。そして、昼前から講座を受け

に来られた方々に食生活で気を付けることなどを説明したのち、全員で料理をいただきました。荷宮さんは「食べなきゃだめですよ」と何度もおっしゃっていましたが、まさに

「食べることは生きること
生きることは食べること」
ですね。

西部老人クラブの例会や寒さもあって参加者は少なめでしたが、「おいしいひと時」を過ごせました。



今年も、まちづくり協議会会長の菅原維範氏より鉢植えをいただきました。写真の手前のシンビジュームです。

奥は昨年いただいたシクラメンで、今年もきれいな花を咲かせています。

左記のご家庭より香典返しをいただきました。御礼申し上げますとともに、ここに紹介させていただきます。
東椎屋 池田佐智子(滝見苑) 様
(ご)主人様
池田 欣一 様(逝去)

御礼



申し込みは**2月3日(月)8:30~**

申し込み先 **0978-27-8115** (宇佐市総合政策課 ICT 推進係)

※詳しくは宇佐市役所のホームページにあります。概要をお知らせします。



十一月の公民館だよりでお知らせしましたが、宇佐市のスマートフォンの使い方講座が左記の日程で行われます。「一講座当り三名・いくつ受講してもよい」具体的な講座内容は、左の表の通りです。

スマサボ号の開催スケジュール

日付	場所	11:00~12:00	12:30~13:30	14:30~15:30	16:00~17:00
2月18日(火曜日)	津房地区公民館	入門編 Android	基礎編 Android	基礎編 Android	応用編 Android
2月25日(火曜日)	津房地区公民館	入門編 iPhone	基礎編 iPhone	基礎編 iPhone	応用編 iPhone

スマサボ号の講座内容

	講座概要	おすすめの方	講座内容
入門編	画面の見方を知ろう	スマホを買ったばかりの方 購入検討中の方	スマホの画面の見方 電話・文字入力・メール
基礎編	マップやカメラを使ってみよう	スマホ初心者の方 使い慣れていない方	マップを使いながら基本操作・ルート検索 カメラの撮影 動画の撮影 QRコード読み取り
応用編	ネットやアプリを使ってみよう	スマホを活用したい方	インターネットの調べ方・音声操作 アプリの追加方法/移動方法



昭和49年度成人式

安心院町

公民館の戸棚を整理していたら、昭和49年と昭和58年の安心院町の成人式の集合写真が出てきました。昭和49年のものは

1枚、昭和58年のものは7枚ありました。

昭和49年に写っている方々は今年71歳、58年の方々は63歳になられます。

公民館のパソコンに電子データとして保存しましたので、見てみたい・欲しい方はお電話いただければ印刷いたします。

※49年分は白黒、58年分はカラーです。