

公民館をもっと知ろう！

私たちが住んでいる地域でもっとも身近な学習の場が公民館です。公民館では、文化講座や実技教室などが開かれ、また、市民の皆さんが自主的にグループをつくって、練習や研修をしています。

今回は、身近な存在の公民館の役割や事業内容などについて取材しました。



東地区公民館

■公民館ってどんな所？

公民館は、市民が誰でも利用できるもっとも身近な学習施設です。9か所の中学校区にある地区公民館と32か所の小学校区公民館、および生涯学習センター内の中央公民館があります。

では、公民館とはどのような場なのでしょう。

- 生涯学習の場（学習と遊びの振興）
- 仲間づくりの場（心のふれあいの深化）
- 生活の知恵を身につける場（生活文化の向上）
- 住みよい地域社会をつくる場（地域社会づくり、自治能力の向上）

あなたも、教養や趣味などを深める場として、仲間づくりや地域社会に接する場として、お近くの公民館を訪ねてみませんか。

■利用方法は？

公民館の使用は、グループを登録団体として申し込む場合とそうでない場合とでは、提出書類や申し込み期間などが違ってきますので、お近くの公民館にお問い合わせください。グループ登録は、原則として10人以上で半数以上が市内在住、在勤、在学していること。使用料は、午前・午後・夜間に分かれ、部屋に応じて400～650円です。



養精地区公民館での日本文学講座（『徒然草』を解説する講師とそれを熱心に聞く受講生）



公民館活動発表会での「民謡唄桜会」の皆さん（平成19年2月に生涯学習センターで開催）

■どんなことをしているの？

☆公民館の主催講座

各地区公民館ではさまざまな講座を開いています。今年度は、日本文学の古典を読む講座や英会話、また、生活に密着する法律についての講座などが開催されています。実技講座では、折り紙や料理教室、健康体操などが行われています。今年度、これから申し込んで受講できる催しもありますので、各地区公民館に問い合わせるか、広報『いばらき』に掲載されますのでご覧ください。

☆自主グループの活動

公民館で自主的に活動するグループはたくさんあります。『グループガイド』（市内の公共施設に置いてあります）には、各公民館で活動するさまざまな分野のグループが紹介されています。冊子に活動場所や問い合わせ先が掲載されていますので、実際に行ってみるとか、電話で聞いてみるか、活動を通じて学んだり助け合うことで、日常生活に潤いや生きがいを見いだすことができるかもしれません。

あなたもお近くの公民館に出かけてみませんか。

地区公民館

東地区公民館 舟木町11-35	633-8071
三島地区公民館 西河原二丁目7-12	625-6474
西地区公民館 上穂積二丁目13-30	626-6541
養精地区公民館 東宮町1-19	625-7807
南地区公民館 沢良宜東町5-39	633-0004
東雲地区公民館 鮎川一丁目8-17	632-7870
天王地区公民館 天王二丁目13-71	625-7007
平田地区公民館 平田二丁目25-9	633-1020
太田地区公民館 太田三丁目6-18	623-9076
中央公民館（市立生涯学習センター内） 畑田町1-43	622-1256

※小学校区公民館の所在地・電話番号は、地区公民館、または中央公民館にお問い合わせください。



ハーブでやすらぎのひとときを(3)

～ハーブのある暮らし～

さわやかな香りや色で安らぎを運んでくれるハーブ。今回は、ポプリの楽しみ方を紹介します。皆さんも香り豊かなポプリを作ってみませんか。

前回に続いて、松尾先生に聞きました。



松尾先生



バラのポプリ

ポプリの楽しみ方

ポプリは最もシンプルで素朴な手作りの香りです。乾燥させた花やハーブにスパイス類、芳香性のある木の根や皮・樹脂、果実などとオイルをブレンドし、密閉容器に入れて熟成させると出来上がります。

ポプリによく使われる花

バラ、スマイル、ストック、ジャスミン、ラベンダー、ジャーマンカモミールなど

ポプリによく使われる葉

ローレル、ローズマリー、ローズゼラニウムなど



アイピロー

★アイピロー

秋の夜長、読書の後にアイピローが目の疲れを和らげてくれます。ハンカチなどを利用して、縦約7cm、横約20cmの袋を作ります。袋の中に、ラベンダーなどのポプリ約10g、塩（ミネラルの多いもの）約100gを入れます。使用前に冷蔵庫で冷やしておく心地よくなります。

★安眠を誘うポプリ

枕の下にすべり込ませたり、枕元に置いたりします。お茶パックなどの袋にポプリを入れて手芸綿に包み、布の中に入れます。レースやリボンなどできれいに仕上げるのも楽しいです。枕にはさむ場合は、なるべく薄く仕上げましょう。



安眠を誘うポプリ

★ハンガー

クリーニングなどの細いハンガーの形を整え、それを布で包みレースやリボンで飾ります。その中にポプリを詰めます。クッションになる綿も入れましょう。



ハンガー

★ピンクッション

ピンクッションの中にセージを入れると針が錆びにくくなるそうです。

★サシェ（匂い袋）

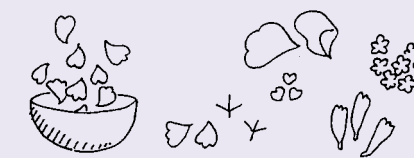
好みのポプリを小さな布に入れます。それがサシェ（匂い袋）です。玄関や車の中、ロッカーなどにもおすすです。



ピンクッションとサシェ

ポプリの作り方

①乾燥させた花をボウルに入れる。（乾燥の方法は『まなびどり』第30号をご覧ください）



②スパイスなどは軽く砕き、香りをたてる。ハーブも乳鉢などに入れて軽く砕く。一つずつ香りを確かめながら、①に加えていく。



③スパイス（木片、マッチのじくでもよい）に香りのオイルをよくしみ込ませて、それを②の中に入れて、よく混ぜ合わせる。



④密閉容器に移し、冷暗所に1～2週間置き、香りを熟成させる。時々、容器をゆすって中身を混ぜるようにする。

⑤お皿に盛ったり、匂い袋に入れたり、マスコットに詰めたりして楽しみましょう。香りがうすくなったらオイルを加える。

