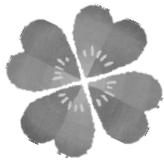


# 高洲地区交流センターだより

第490号



高洲地区交流センター ・ 高洲こども広場  
TEL635-1458 TEL635-1477

平成30年12月20日発行  
藤枝市高柳4-9-13  
mail:takasu@city.fujieda.shizuoka.jp

## 青少年健全育成大会・教育講演会開催

11月24日(土)高洲地区交流センターにおいて、高洲地区青少年健全育成推進会議(会長 石上静夫 高洲第2東自治会長)の平成30年度推進大会と教育講演会が、約200人の参加を得て盛大に開催されました。

大会では、高洲地区善行賞の1団体8個人が表彰され、引き続いて行われた教育講演会では、日本アンガーマネジメント協会の深津智子氏による「人はなぜ怒るのか?~アンガーマネジメントで怒りの感情と上手につきあおう~」と題した講演が行われました。

講演では、誰もが持つ自然な感情である「怒りの感情」を上手にコントロールして、怒る必要があることは上手に怒り、怒ったことには後悔しないための方法についてのお話がありました。怒りの衝動をコントロールするためには、言葉を発したり行動に移す前に「6秒待つ」こと、その間に深呼吸したり、心を落ち着かせるフレーズを唱えたり、自分が何に対して怒っているのかを考えるなどの習慣を身に付けることが重要だそうです。

特に子供さんを叱るときには、「子どもを傷つける言葉は使わない」、「自分を責めすぎない」、「物を壊さない」の3つのルールを守れば効果的な叱り方が出来るそうです。皆さんも実践してみてください。

《高洲地区善行賞受賞者》

高洲小学校	児童会本部		
	6年 鈴木 弥生さん	6年 服部 芽依さん	
高洲南小学校	6年 小川 陽生さん		
高洲中学校	3年 隅田 芽衣さん		
	3年 黒羽 紗代さん	3年 前田 朱莉さん	
島田高校	1年 齋藤 絢香さん		
静岡大成高校	1年 大塚 恵美梨さん		



## 参加者募集中 中華ちまきづくり

竹皮に包まれて、竹の香りをまとった中華ちまき、本格中華の味が手軽に味わえます。ぜひこの機会に、もちり美味しい中華ちまきを作ってみませんか。

- ◎日時 平成31年2月9日(土)9:30~11:30
- ◎会場 高洲地区交流センター 料理実習室
- ◎講師 安藤 悠子さん
- ◎定員 16人
- ◎参加費 1,400円(受講料 400円、材料費 1,000円)
- ◎持ち物 エプロン、三角巾、布巾2枚、タオル、持ち帰り容器
- ◎申込み 平成31年1月22日(火)~29日(火)(28日(月)は休館日)  
午前9時~午後9時の間に当センターの申込み用紙に記入してください。  
申込者が定員を超えた場合は抽選になります。



# 平成31年度利用団体(自主グループ)の登録を受付けます 4月分使用申請には、1月9日までに提出を!

平成31年度も引き続き高洲地区交流センターでの活動を希望する団体(自主グループ)は、登録票を1月9日(水)までに高洲地区交流センターへ提出してください。



団体(自主グループ)としての登録にあたっては、次の事項に注意してください。

1. 会員の総意で会則、役員、事業、会費等が決められ、民主的な運営がなされている。  
(講師主導で、会が運営されていないこと)
2. 会の目的や活動の趣旨に賛同する者ならば誰でも加入できる。
3. 会員の互選による会計が会費を集め、会の運営に充てられ、経理内容が会員に公開されている。
4. 定期的、継続的利用がなされている。
5. 営利目的の事業、政治的・宗教的な活動を行わない。
6. 登録会員数は10人以上とし、10人未満となった時は交流センターに申し出る。



\*新たに当センターで登録を希望する団体等、詳細は高洲地区交流センターまでお問合せください。

## 高洲子ども広場

TEL 635-1477

1月



- ◆子育て相談日 10日(木) 10:00~16:00
- ◆わらべうた 8日(火) 10:50~11:15
- ◆ちいさなおはなし会 10日(木)、24日(木) 11:00~11:20
- ◆おはなしふくろう 15日(火) 10:30~11:00
- ◆折り紙 17日(木) 9:50~

### 子育てママのリフレッシュヨガ(要予約)

1月23日(水) 10:00~11:15 高洲地区交流センター集会室  
講師:石上温子先生  
予約日:12月18日(火) 9:00~  
託児:300円(6ヶ月児から)

### ママのためのリフレッシュ講座(要予約)

#### 「おかしでおひな様」

2月15日(金) 9:25~11:10 高洲地区交流センター料理実習室  
講師:平林睦美先生 参加費:1080円  
予約日:1月15日(火) 9:00~ 定員:12名  
託児:300円(6ヶ月児から)

(詳しくは、高洲子ども広場へお問い合わせください。)

## 高洲第四自治会 第40回ふれあい祭り

- ◎日時 平成31年1月20日(日) 9:00~15:30  
(小雨決行・延期の場合は27日(日))
- ◎会場 高洲第四自治会館(高岡1丁目)
- ◎内容 販売、即売、発表、展示、実演 ほか
- ◎主催 高洲第四自治会

## てんとう虫のおはなし会

- 5日 はつてんじん
- 12日 てぶくろ
- 19日 きょうはみんなでクマがりだ
- 26日 十二支のはなし

毎週土曜日 ごこ2じ~2じ30ぶん



## 高洲地区・ニュースポーツ教室

- 種目: フレッシュテニス・ファミリーバドミントン、ワンバッドふらば〜るパレー
- 開催日: 1/9、1/23、2/13、2/27、3/27 (19:00~20:45)
- 会場: 高洲中学校体育館
- 対象: 高洲地区にお住まいの方及び勤務の方
- 持ち物: 参加費 200円/回、用具(ある人)、体育館シューズ、飲物等
- 申し込み: 直接会場にお越し下さい
- 指導主催: 高洲地区藤枝市スポーツ推進委員

## ふれあいまつり災害支援募金

ふれあいまつりの災害支援金は、北海道厚真町と北海道安平町に各々7,997円送付しました。ご協力ありがとうございました。

## 交流センターに「49型テレビ」を設置!!

市内の家電量販店ノジマ様から市に寄贈された4K対応の49型テレビが、高洲地区交流センターの和室に設置されました。TVを活用した研修など有意義にご活用ください。

高洲地区交流センターの平成31年3月分使用申請  
受付は、1月4日(金)午前8:30からです。