

田辺市家庭教育支援講座
「子育てのなかまの輪をつくろう」を開催します

多くの親が安心して楽しく家庭教育が行えるよう、親としての学びや育ちを応援し、親子が地域とのつながりの中で元気になり、また、同じぐらゐの年の子どもを持つ親どうしが知り合いになることができる、子育て講座を開催します。

- 対象** 就学前及び小学生のお子様のいらっしゃる田辺市在住の保護者
家庭教育支援に関心を持ち、子供に関わる活動に携わっている方
- 定員** 各回25名程度〔先着〕
- 申込** 各講座の開催2日前までに、下記へ電話もしくはLoGoフォームからお申し込みください。
また一時保育を希望される方は、開催10日前までにその旨をお申し出ください。
保育料は無料です。

- 問合せ** 生涯学習課 公民館係（田辺市役所5階）
- 電話番号** 0739（26）4908
- LoGoフォーム** 二次元コードは右記のとおりです。
<https://logoform.jp/form/nAhC/1665215>



	日程	テーマ	内容	場所	講師
1	令和8年 10月4日(日) 10:00～11:30	子どもの力を伸ばす関わり方 ～モンテッソーリ教育の 視点から～	学習会（講義形式）	万呂コミュニティ センター 3階「大会議室」	紀南モンテッソーリ 教育研究会 教員 総村敏子 氏
2	令和8年 10月18日(日) 10:00～11:30	発達年齢に応じた子どもへの 関わり方 ～乳幼児期の子どもへの 関わり～		市民総合センター 2階「交流ホール」	ちひろ助産院 助産師 大平昌子 氏
3	令和8年 11月1日(日) 10:00～11:30	レジリエンスって何？ ～子どもの心を守る言葉かけ～		万呂コミュニティ センター 3階「大会議室」	徳島文理大学 特任講師 西田千寿子氏
4	令和8年 11月15日(日) 10:00～11:30	子どもたちの未来への プレゼント ～日本の伝統食『かんぶつ』 の魅力再発見～		市民総合センター 2階「交流ホール」	株式会社野田商店 代表取締役社長 野田智也 氏

稲成公民館だより

令和8年10月号



【発行】稲成公民館
【館長】倉谷 修治 【主事】元戎 智美
【事務所】田辺市東山一丁目5番1号（本庁舎5階）
【TEL】26-4908 【FAX】24-8323
【館区の人口と世帯数】（令和8年8月末現在）
3,107人（男 1,473人・女 1,634人）1,547世帯

「寝ないとダメ」

稲成公民館長 倉谷 修治

梅雨明けとともに全く雨の降らない日々が1月余り続いたかと思えば、台風が秋雨前線を連れてやって来ました。おかげで水不足は解消できたでしょうが、こうも雨がずっと人は勝手なもので、今度は太陽の顔が恋しくなる。困ったものですね。

さて少し私事になりますが、私は20代後半からおおよそ30年間、運送業界にいました。毎朝3時に起床し、トラックから積み荷を降ろして配達車両へ積み替える等の作業をしていました。その作業がようやく落ち着くのは昼頃でした。わずかな時間をみつけて仮眠を取り、午後からは集荷作業へ。当時の睡眠時間は5時間ほどでした。若いからやってこれたのだと、この頃つくづく思います。

当時は、睡眠不足が脳や体に与える影響を考えもしませんでした。しかし近年、睡眠の大切さを示す研究が大きく注目されています。睡眠と覚醒に関わる脳内物質「オレキシン」の発見と、その研究成果をもとにした不眠症や睡眠障害の治療薬開発が高く評価され、筑波大学の柳沢正史教授が米医学会の権威あるラスカー賞を受賞されました。一昔前までは「寝る間を惜しんで働く」ことが美德とされる風潮もありましたが、今では良質な睡眠が健康維持に欠かせないことが広く認識されています。

ところで、ある新聞に「台風の襲来も憲法で禁止しておけばよかった」という昭和の哲学者・田中美知太郎氏の言葉が紹介されていました。「禁止」しても来るものとして台風が取り上げられておりましたが、自然の前ではどうすることもできないことをユーモアを交えて表した言葉なのでしょう。9月に予定していたソフトボール大会も、約90名の参加申込みをいただいていたのですが、台風の影響で中止となってしまいました。楽しみにしてくださっていた皆さんには大変残念なお知らせとなりました。

地域の祭りや行事に参加することは、防災の面でも大切だと言われています。普段なかなか顔を合わせる機会のない方とも挨拶を交わし、顔見知りになることができます。地域とのつながりを深めることは、有事の際の助けとなるのではないのでしょうか。

公民館では今後、地域シンポジウムの開催を予定しています。公民館の役割や魅力を改めて見つめ直し、「こんなことができたなら楽しい」「こんな活動があれば面白そう」といったことを皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。ぜひお気軽にご参加ください。

2026 稲成・むつみふれあい文化祭を開催します

今年も「稲成・むつみふれあい文化祭」を開催します。また、午前には稲成小学校学習発表会が開催されます。保護者に限らず、地域の皆様も参観できますので、お誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

【日付】 令和8年11月15日(日) 【会場】 稲成小学校 体育館

【内容】 9:00～11:30 稲成小学校 学習発表会

11:30～13:00 昼休憩

13:00～15:10 稲成・むつみふれあい文化祭

①高雄中学校吹奏楽部

②講演会(調整中)

③餅まき・お菓子まき

※時間等は目安です。進行により変更となる場合があります。

▼ 昨年度の様子

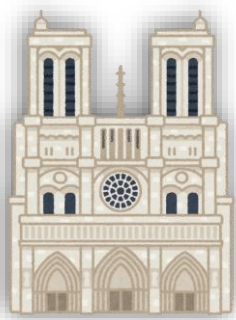


稲成公民館 社会見学

今年も日帰りの社会見学の開催を予定しています。
詳細は11月号の公民館だよりへ掲載しますので、お楽しみに!

【日 時】 令和8年12月24日(木)

【内 容】 大阪四季劇場 観劇
劇団四季 ミュージカル『ノートルダムの鐘』



気軽に楽しめる!ニュースポーツ教室参加者募集

田辺市教育委員会と田辺市スポーツ推進委員協議会では、運動不足になりがちな方でも気軽に楽しめる「ニュースポーツ教室」を開催します。ボッチャやモルック、カローリング、囲碁ボールなど、年齢や体力に関係なく楽しめる種目を体験できます。参加費は無料ですので、この機会に新しいスポーツにチャレンジしてみませんか。



1. 日程及び種目等

日にち	時間	場所	種目
10月3日(土)	昼 13:30～15:00	多目的運動施設(龍神ドーム)	モルック
10月22日(木)	夜 19:00～20:30	田辺スポーツパーク 室内練習場	モルック
11月8日(日)	昼 13:30～15:00	鮎川若もの広場	グラウンドゴルフ
11月24日(火)	昼 13:30～15:00	田辺スポーツパーク 多目的グラウンド	グラウンドゴルフ
12月11日(金)	夜 19:00～20:30	田辺スポーツパーク 多目的ホール	室内ペタンク
12月21日(月)	昼 13:30～15:00	田辺スポーツパーク 体育館	ボッチャ
1月17日(日)	夜 19:00～20:30	田辺スポーツパーク 体育館	ソフトバレーボール
2月16日(火)	昼 13:30～15:00	田辺スポーツパーク 体育館	囲碁ボール
2月16日(火)	夜 19:00～20:30	田辺スポーツパーク 体育館	バウンドテニス
3月28日(日)	昼 13:30～15:00	新庄総合公園	ノルディック ウォーキング

※屋外の種目について、雨天の場合は中止になりますので、当日の朝8時30分以降に事務局からご連絡させていただきます。

※開催時間にご注意ください。

2. 定 員 各日とも30名

3. 参加費 無料

4. 持ち物等 室内用運動靴(屋外実施種目については屋外用運動靴)、運動のできる服装、タオル、水分等

5. 傷害等 教室中の怪我等については、田辺市市民活動災害補償保険(ふれあい保険)が適用される場合がありますが、個人でも保険をかけておくことが望ましいです。

6. 申込方法 参加申込書に住所、氏名、電話番号等を記入し、FAX、Eメール、郵送または持参により、下記までお申し込みいただくか、下記に記載の二次元コードを読み取り、WEBからお申し込みください
〒646-0061 田辺市上の山一丁目23番1-1号 田辺スポーツパーク管理事務所
田辺市教育委員会スポーツ振興課
TEL:0739-25-2531 FAX:0739-25-0387
E-mail:sports@city.tanabe.lg.jp

7. 申込期間 随時受付(定員になり次第締切)

