

富山のことをもっとよく知ろう 2020年11月の行事 (10月12日現在の情報)

日	曜	六曜	行事・主催	場所	時間
1	日	赤口			
2	月	先勝			
3	火	友引	文化の日 富山地区文化祭 11月3日(火)~8日(日) (南房総市文化協会富山支部)	富山ふれコミ	10:00~16:00
4	水	先負			
5	木	仏滅	岩井駅前公園美化活動 ※雨天中止 (いわい案内人の会)	JR岩井駅前公園	9:00~
6	金	大安			
7	土	赤口	岩井海岸ビーチクリーン ※雨天翌日順延 ☎ 080-8051-6039 i.PLANNER 渡辺 富山学園 PTA 資源回収	高崎駐車場	6:30~7:30 8:00~10:00
8	日	先勝	富山地区防災訓練 (詳細は各区にお問い合わせください)	富山地区 (犬掛区除く)	8:00~
9	月	友引			
10	火	先負	園庭開放	富山子ども園	10:00~11:00
11	水	仏滅	おはなし会 (あひるの会)	白鳩保育園	10:00~10:30
12	木	大安	岩井駅構内花壇美化活動 ※雨天中止 (いわい案内人の会)	JR岩井駅	9:30~
13	金	赤口	人権相談	富山ふれコミ	13:30~16:00
14	土	先勝			
15	日	仏滅	岩井海岸清掃 (久枝1・2、3観光)	岩井海岸	8:00~
16	月	大安			
17	火	赤口			
18	水	先勝	ふれあいランチサービス (社会福祉サポートセンター)		
19	木	友引	富山山頂美化活動 ※雨天中止 (いわい案内人の会)	(集合)南房総市無料駐車場	9:00~
20	金	先負	おはなし会 (あひるの会)	富山小学校	8:00~8:15
21	土	仏滅	おはなしだいすき (あひるの会)	富山ふれコミ	10:30~11:30
22	日	大安			
23	月	赤口	勤労感謝の日 「ふらっと」ターゲットバードゴルフ体験会 (詳しくは1面をご覧ください。)	伊予ヶ岳ターゲットバードゴルフ場	9:30~12:00
24	火	先勝			
25	水	友引			
26	木	先負	岩井川親水公園美化活動 ※雨天中止 (いわい案内人の会)	岩井川親水公園	9:00~
27	金	仏滅			
28	土	大安			
29	日	赤口			
30	月	先勝			

サロン開催予定	場所	時間	11月の開催日	問合せ・備考
お達者サロンいわい	富山ふれコミ	第1・3(月) 9:00~11:30	開催については、 主催者にお問い合わせ をさせていただきます。	090-5505-7022 (吉澤)
茶の間 (久枝3・4)	八幡神社	第1・3(木) 13:30~15:00		
市部みんなのたまり場	市部青年館	第2・4(火) 10:00~14:00		090-5505-7022 (吉澤)
みならず出口	高崎出口青年館	第2・4(木) 13:30~15:30		
お達者サロンへぐり	富山コミセン	第2・4(金) 9:00~11:45		
いのばた	井野集会所	毎月20日 13:30~15:30		
だんらんカフェ (犬掛)	犬掛青年館	第1・3(木) 13:30~15:00		090-8963-5674 (前田)

※「富山ふれコミ」は富山ふれあいコミュニティセンター (久枝) 「富山コミセン」は富山コミュニティセンター (平久里中)  
※掲載の情報は、主催団体等からの情報提供時点の内容に基づいており、都合により変更される場合がありますのでご了承ください。



# ふらっと 通信

発行: 南房総市 富山地域づくり協議会「ふらっと」  
〒299-2216 南房総市久枝 327 (富山地域センター内)  
TEL: 0470-57-3000 / FAX: 0470-57-3002  
メールアドレス: tomy\_furatt@yahoo.co.jp



2020年10月  
第123号

11/23(月)

## 親子で楽しもう! ターゲットバードゴルフ 荒川の専用コースで参加無料の体験会

プレイ道具も一式無料レンタル可 18ホールのコースも体験できます

11月23日(月)勤労感謝の日、荒川の専用コースで親子を対象にしたターゲットバードゴルフの無料体験会を開催します。ターゲットバードゴルフは、バドミントンの様な羽が付いたボールを、傘を逆さにした様なターゲットへ狙って、ゴルフみたいに打っていきながらコースを巡るスポーツです。最初にレッスン時間も設けられているので、初めての方でも安心して遊べます。

子どもから大人まで気軽に楽しめるスポーツです。参加無料のこの機会にぜひ体験してみませんか?



### ◎「ふらっと」ターゲットバードゴルフ体験会

日時 11月23日(月)勤労感謝の日 9時30分~12時 (雨天中止)

集合 伊予ヶ岳ターゲットバードゴルフ場 (南房総市荒川135・駐車場有)

内容 簡単なレッスン後に、実際コースで自由にプレイ体験をします。

・レッスン 9時30分~10時30分

・コース体験 10時30分~12時

対象 小・中学生を含む家族

定員 25名 (参加費無料・道具一式貸与、参加者にはどんぐりアート材料をプレゼント)

持ち物 マスク、タオル、手袋 (薄手の作業用でも可)、運動靴、飲み物

※当日受付で検温させていただきます。体調のすぐれない方のご参加はご遠慮ください。

申込み 富山地域づくり協議会「ふらっと」 ☎ 57-3000 (土日祝日を除く)

体験終了後は、コースを終日開放します。

### 【新しい生活様式】一人ひとりが心がける感染予防



外出控え 密集回避 密接回避 密閉回避 換気 咳エチケット 手洗い

マスクによる熱中症や脱水症状にも注意しましょう!

※厚生労働省資料から抜粋

# 富山学園で「地域を考える特別授業」第4回

今回は実際に箱庭作りをスタート 地域の理想像と今とを考える

10月13日(火)、富山小5年生を対象にした、千葉工業大学先進工学部生命科学科の五明美智男教授による、「地域の将来像を考える特別授業」が行われました。9月に続く第4回です。

前回子どもたちはグループに分かれ、「将来の理想の岩井海岸や地域」を模した箱庭を、どんな風にするかそれぞれ話し合い、紙粘土でウミガメや列車、砂浜など箱庭のパーツ(コンテンツ)を作りました。今回はいよいよ本番。紙粘土の他、木々や草花の模型、モールやビニールテープといった材料が配られ、また子どもたちも発布スチロールや貝殻など思い思いに持ち寄りました。

作業にかかる際、五明教授が質問しました。「みんな、今日何するかわかってるね? どんな箱庭を作るかも決めたよね?」「はいッ!」「じゃあ、作った箱庭はどう使う?」「?」キョトンとする子どもたち。五明教授は続けました。「素敵で理想的な箱庭、夢いっぱいの岩井海岸を作っている。けれど“理想的なその岩井海岸”を実現するには何が必要か? それを考える材料となる様な箱庭を作りましょう。例えばこの花の模型でハマヒルガオの咲く砂浜を箱庭に作ったとして、でも実際たくさん咲いてる?」「へってる!」「じゃあその砂浜を実現するにはどうしたらいいだろうね?」五明教授は子どもたちに問いかけながら丁寧に説明をしました。

そして作業開始。教室に声が飛び交います。「…あの崖崩れのトコのお…、…だったら土色の粘土使った方が!…、海、狭くない?…」見回りながら五明教授は声をかけていきます。緑の木々を紙粘土に突き刺す子に「それは岩井海岸の木?」「ホントは赤いのがもっとあるけど…」「君たちの箱庭みたいに岩井海岸の木々が緑色になるには、どうしたらいいだろうね?」そして少し考え込む子どもたち。また、きれいな花々が咲く田園を作っていたグループにも尋ねました。「富山にはイノシシが出る?」「出るよッ!」「じゃあこの花や畑も、荒らされちゃうかもね?」子どもたちはしばらく考えてから、竹ひごで柵を作り始めました。柵は元々予定していなかったパーツでした。

こうして作業に取り組むこと1時間半。各グループの箱庭がほぼ完成しました。紙粘土が乾くのを待って、次回11月、色付け作業が行われる予定です。



パーツのサンプルを見せながら子どもたちに説明する五明教授。



紙粘土や模型など、パーツの材料を受け取る子どもたち。



前回と同じグループに分かれて、それぞれ箱庭作りをスタート。



箱庭の中で木の模型を立たせる位置を、確認しながら決めていく。



配置された、海、砂浜、産卵に来た亀、そして陸地と木々。



花が咲く沿道の農地には、柵が立てられている。

# 旧平群小の解体工事が始まりました

2019年4月に、利活用事業プロポーザルによって「バンズシティ株式会社」が優先交渉権者として選定された旧平群小ですが、今年9月下旬から解体工事が開始されました。

解体される対象の施設は、校舎・幼稚園舎・給食室・宿直室などで、工事期間は来年2月末までとされています。当初、校舎は解体せずに残し、修繕をして再利用する案もありましたが、雨漏りなど以前から施設の老朽化も進んでおり、また今年の台風災害による影響も重なったことから、解体することに決まりました。来年度以降の計画については未定です。



解体工事は、9月の下旬から開始された。来年2月末までに工事は完了の見込み。



校舎と共に、幼稚園園舎宿直室、給食室なども解体される。解体自体は12月中旬終了予定。

# 健康部会だより vol. 2 ~大切な食生活~

健やかに日々過ごす健康寿命に大切な「食生活」。たんぱく質・脂質・炭水化物・ビタミン・ミネラルのいわゆる「五大栄養素」をバランス良く摂りましょう!

## ◎ たんぱく質~体を作る

筋肉や骨、ホルモンなどの体全体を作る素材。  
動物性…とり肉、ヒレ肉、羊肉、馬肉、魚介類など  
植物性…大豆製品(豆腐・納豆・ゆば)、アボカドなど

## ◎ 脂質~摂り過ぎは注意!

エネルギーやホルモンの素となる大切な栄養素。  
肉の脂…悪玉コレステロール増で体内汚しがち。  
魚の脂…血管の詰まりを除去する効果アリ。

## ◎ 炭水化物~体と脳のエネルギー源

不足すると集中力の低下につながります。  
うどん、ご飯、パスタ、パンなど  
※摂り過ぎると脂質に変化し肥満につながります。

## ◎ ミネラル~海藻に豊富に含まれる

低カロリーで食物繊維含み、腸内の余計なコレステロールを体外へ排出。糖や脂肪の吸収を抑制、血糖値の上昇や内臓脂肪の増加も抑えてくれる効果アリ。

## ◎ ビタミン~C・Bに注目

C…老化やストレスによる活性酸素を除去し抗酸化力大  
イチゴ、ミカン、キウイ、キャベツ、小松菜など  
B群(8種類)…肌や髪健康、若々しさの維持に。  
胚芽米、ウナギ、納豆、卵、バナナ、レバーなど

**工夫して色々なおかずに取り入れ、少しずつゆっくり、よくかんで、食べましょう!**  
(あごの力や顔の筋力を保ち、フェイスラインを整えてたるみを防ぎ、唾液の分泌を促進して、内臓の消化を助けてくれます。)

問合せ 富山地域づくり協議会「ふらっと」 ☎57-3000 (土日祝日を除く)