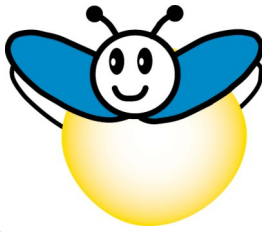


【令和8年8月1日】



# 北会津公民館だより ぴかりん通信

令和8年度 第4号

発行：北会津公民館

責任者：館長 須藤 智子

## ことしの北会津文化祭は 11月3日（火・祝）に開催します！！

文化祭実行委員会において、今年度の北会津文化祭は、11月3日（火・祝）に「北会津農村環境改善センター」と「北会津公民館」を会場に開催することとなりました。

当日は、舞台発表や作品展示、模擬店、フリーマーケットなど、さまざまな催しを予定しています。

### ○文化祭への参加者募集中！！

#### ・舞台発表参加団体募集

演奏、ダンス、寸劇、舞踊など、舞台発表に参加して下さる団体を募集しています。公民館の登録団体でなくてもOK！



#### ・フリーマーケット・軽トラ市の参加者も募集中

参加を希望される方は、公民館で「参加申請書」を受け取り、必要事項をご記入のうえ、文化祭実行委員会（公民館内）へご提出ください。



### ○みなさんの作品を募集します！

絵画、写真、手芸、書など、日ごろの皆さんの学習の成果を発表してみませんか？ どなたでも出品できますので、お気軽にご参加ください。



**申込みの詳細については次号（9月号）の「ぴかりん通信」で詳しくお知らせします。**

**お申込み・お問い合わせは【会津若松市北会津公民館】**

（〒965-0131 北会津町中荒井字宮西1-1）

電話：58-3111 FAX：58-3947

## フラレール運転会&かき氷交流会 楽しく開催しました

7月25日（土）公民館2階大ホールにて、「フラレール運転会」を開催しました。  
今回は4家族、9名の皆さんにご参加いただきました。

公民館の大ホールいっぱいフラレールの線路を広げ、  
中にはらせん状のコースを作るなど、大がかりなレイアウト  
もありました。参加者それぞれが好きな車両を走らせ、思い  
思いに楽しんでいました。



フラレール運転会の様子

フラレールを楽しんだ後は、かき氷交流会を開催しました。  
イチゴ、メロン、ブルーハワイ、そして特製ももシロップと  
好きな味のかき氷を味わい、暑さを忘れて楽しいひとときを  
過ごしていました。



かき氷交流会の様子

次回は12月に開催予定です。詳細が決まり次第、「ぴか  
りん通信」でお知らせしますので、気になる方は見逃さない  
ように要チェックですよ！

**みなさんのところに公民館がお伺いします！**

## 「ふれあい公民館」好評開催中です

地域の皆さんのもとへ公民館がお伺いする「ふれあい公民館」が好評開催中です。  
公民館職員や様々な指導者が町内会の集会所などへ伺い、学習機会の提供や住民  
同士の交流のきっかけ作りをお手伝いします。

**今回は東小松のサロンに「健康体操」でお伺いしました。**

きたあいづスポーツクラブの赤羽吟子さんを講師にお迎えし、棒とテニスボールを  
使った運動を教えていただきました。

イスに座ったままできる簡単な運動が中  
心だったので「家でも気軽にできそう」、  
「運動不足が解消できそう」といった声が  
聞かれ、参加者の皆さんにとっても喜んでい  
ただきました。



健康体操の様子

「ふれあい公民館」に興味のある方は  
公民館までお問い合わせください。  
皆さんのご要望にあった内容をご提案いたします。

## 新刊図書紹介

### 一般図書

#### ○100歳アイ

12万人を診てきた眼科医が、目の老化が脳や心に与える影響とその正しい向き合い方を解説

#### ○ひと皿だから続く整いごはん

「整いごはん」なら、ひと皿で献立が完成。調理の手間もかからず、無理なく毎日続けられる。

#### ○卵と豆腐のたんぱく質しっかりレシピ

冷蔵庫にある手ごろな2大食材「卵」と「豆腐」を活用したお役立ち家庭料理本

#### ○ブティック

「洋服」を扱う「ブティック」ではありません。「M & A」のお話し。池井戸潤2年ぶりの長編

#### ○ウチの共有不動産揉めてます！

行き詰まった大人たちが直面する不動産相続という人生の大問題。果たして円満に相続を終えることは・・・

#### ○空き家と移住

都内マンションの家賃高騰に嫌気がさすカップル、田舎の実家の処分を考える熟年夫婦。住まいに悩める人に贈る一冊

#### ○天神様のはないちもんめ2

人間社会に紛れて、今日も生きている神様たちの人間味あふれる日常譚。待望の第2巻（第1巻絶賛貸し出し中）

#### ○DANGER

バレエの世界的振付師が体験した、戦争とシベリア抑留の過去へ遡る物語

#### ○恋するブタハナ

漫画編集者、香子の地雷だらけの日常に潜む「秘密」をめぐる笑って泣けるお仕事ラブストーリー

#### ○#台所のあるところ

世代も境遇もばらばらの女性の6つの台所をめぐる「わたし」の物語

彼女たちの接点は深夜の30分ドラマだった。

### 児童書

#### ☆くさむらゆうびんきょく

ここは誰でも活躍できる「くさむらゆうびんきょく」かたつむりの「でんでん」のお話しがはじまるよ。

#### ☆あっぷっぷーちゃん

ニラメッコ星からやってきた「ぷーちゃん」とにらめっこして遊びましょう！

#### ☆あまがえる

カエルのとっても楽しいオノマトペ絵本 梅雨時期にぴったりの絵本です！

#### ☆りんちゃんのすてきなぼうし

外はぽかぽかいい天気。リンちゃんはお散歩。それを恥ずかしがり屋のくまくんが陰からこっそり見ているよ！

#### ☆ティラノがにげた！

TシャツのなかのティラノザウルスがさみしくてTシャツを抜け出して旅に出るお話し



## 夏休み中も公民館の「談話室」は 毎日利用できます！

学生の皆さん、暑い日が続いていますが、『もう勉強やる気が起きない〜』なんて思っていないですか？

公民館の談話室では、冷房の効いた快適な環境で勉強できますよ！

**土・日も利用できますので、ぜひご活用ください。**

- ①開放場所：公民館 1階談話室（図書室）
- ②利用時間：9：00～17：00の間で希望する時間帯
- ③利用人数：最大で16名程度
- ④利用方法：事務室から利用者カードを受け取ってください。



利用後は、カードに必要事項を記入のうえ、事務室へ提出してください。※ゴミは各自お持ち帰りください。

- ⑤その他：利用にあたり、特に“音”のでる行為はご遠慮ください。

守られない場合は、利用をお断りすることがあります。

- ・大声での会話や騒ぐこと
- ・イヤホン等を使用せずに音楽を流すこと
- ・友達とのゲーム（オンラインを含む）など

## まだまだ暑い日が続きます。 熱中症には十分に注意しましょう！

真夏日や猛暑日が続き、熱中症が心配な今日この頃、今回はご家庭で簡単に作れる「経口補水液」をご紹介します。お家にある材料で作れますのでぜひお試しください。

材料： 水 1リットル  
砂糖 40g（大さじ4と1 / 2杯）  
※砂糖の代わりに黒糖を使用するのもおすすめです。  
塩 3g（小さじ1 / 2杯）  
お好みでレモン汁などの柑橘果汁を加えてもおいしくいただけます。

**※甘いと感じる場合は、砂糖の量を調整してください。**

冷たい飲み物を摂り過ぎると胃腸の働きが悪くなり、夏バテしやすくなります。一度にたくさん飲むのではなく、小まめに少量ずつ補給し、熱中症や夏バテを予防しましょう。

