

11月・12月主催事業のお知らせ

令和6年度 定例団体代表者会議

～令和6年度フジタ スクエア まるくる大野で定期的に活動しませんか。～

定例的使用にあたっては、定例団体登録の申請をして許可を受ける必要があります。11月1日～11月30日まで申請受付をいたします。登録申請書は総合受付カウンターで受領、HPよりダウンロードいただき、総合受付までご提出をお願いします。登録申請頂いた方には、定例利用について説明をいたしますので、下記の日時で会議への参加をお願いします。予約調整も行いますので必ずご参加ください。令和6年度の大会等のイベント予約も11月1日より受付開始します。

●日時 12月19日(火)19:00～20:00 ●場所 当館 研修室

それいけコンサート

当館のナカニワにステージと観客席を作り、コンサートを開催します。

ピアノとエレクトーンの演奏、ピアノ、エレクトーン、ドラムによるアンサンブルなど、出演者は小学生～大人の方々です。

○日時 11月3日(祝) 11:00～17:00

○場所 当館 ナカニワ

○主催 jet ぶちだ楽器店支部

フジタ スクエア まるくる大野

観覧無料
申込み不要



男性の更年期について「人権問題を考える いきいきセミナー」

男性にも更年期があることが職場や家庭で知られ始めてきました。男性の参加はもちろん、ご夫婦でもご参加ください。

○日時 11月11日(土) 10:00～11:30

○場所 大野第6区集会所

○対象 どなたでも

○定員 50名

○講師 新田敦子さん(一般社団法人いきいき長寿アカデミア理事・講師)

○主催 廿日市市、大野地域人権啓発推進協議会、フジタ スクエア まるくる大野

参加無料
申込み不要

スマホ所有者向け講座

5月の初心者講座に続き、今回は少しレベルアップし、LINE(ライン)、スマホ決済、アプリの使い方など教えていただきます。

初心者講座に参加された方もご参加いただけます。

スマートフォン本体は貸出いたしますので、ドコモ、au、楽天モバイル…など携帯会社は問いません。

○日時 11月29日(水) 10:00～12:00

○場所 当館 工作室

○定員 20名

○対象 どなたでも

○講師 ソフトバンク株式会社

○申込み 11月22日までに総合受付まで電話・メールで(裏面参照)

※メールでお申込みの場合は、「講座名」「参加者名(ふりがな)」「電話番号」を記入してください。

参加費無料



日曜日の朝のコーヒー講座

音楽を聴きながら美味しいコーヒーを淹れませんか?地元コーヒーロースターSTUFF 店長の門井克紀さんから各種銘柄のコーヒーの淹れ方を学びます。

○日時 12月3日(日) 10:00～11:30

○場所 当館 調理実習室

○対象 どなたでも

○定員 16名

○参加費 500円

○持参物 エプロン・タオル

○申込み 電話・メールで(裏面参照)

※メールで申込みの場合は「講座名」「参加者名(ふりがな)」「電話番号」を記入してください。



省エネ・節電!～上手な電気の使い方～講座

最新情報を基に、「環境・エコ」について分かりやすく説明していただきます。

○日時 12月7日(木) 10:00～11:30

○場所 当館 会議室2

○定員 20名

○対象 どなたでも

○講師 パナソニック株式会社 エレクトリックワークス社 三好恒治さん

○申込み 12月1日までに電話・メールで(裏面参照)

※メールで申込みの場合は「講座名」「参加者名(ふりがな)」「電話番号」を記入してください。

参加費無料

ライフとワーク～人生のヒント、仕事のヒント～

廿日市にゆかりのある10人から人生と仕事について話を聞き、ワークショップを行います。地元で暮らすカッコいい大人たちと出会い、未来のキャリアをデザインするきっかけにしませんか?

○日時 12月8日(金)

16:00～17:00 ラジオのお仕事 キムラミチタさん

19:00～20:00 廿学ラジオ公開生放送!

12月9日(土)

10:00～11:30 食のお仕事 細川匡さん

13:00～14:30 左官屋さんのお仕事 金澤萌さん

13:00～14:30 アートのお仕事 今井みはるさん

15:30～17:00 図書館のお仕事 向井智哉さん

15:30～17:00 木工のお仕事 岩田和真さん

12月10日(日)

10:00～11:30 本屋さんのお仕事 宮本ひろみさん

13:00～14:30 デザイナーのお仕事 吉田麗さん

13:00～14:30 ITのお仕事 ヤスムラミチヨシさん

15:30～17:00 動画制作のお仕事 川西佑輝

○場所 当館 研修室、ナカニワ等

○対象 中学生以上

○参加費 500円(1講座あたり)

※高校生以下は無料です。講座によって、ワークショップ代が追加になります。

○定員 20名

○申込み 電話・メールで(裏面参照)



音楽室の防音工事に伴う研修室・会議室の使用について

お知らせとお願い

本施設では、次の日程で音楽室を中心にした防音工事を行うことになりました。工事の間、使えないお部屋があります。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解、ご協力をお願いいたします。

○令和5年11月13日(月)～12月27日(水)

・音楽室・会議室1・研修室3

○令和5年11月13日(月)～11月30日(木)

・研修室1・研修室2



新型コロナウイルス ・マスクの着用は任意ですが、「手洗い」「咳エチケット」などの感染予防対策は、お願いします。

感染予防について ・咳や発熱等の症状があるなど、体調がすぐれない方は参加を控えてください。

～職場体験記～ まるくる大野を利用している方々に聞いてみた！ by 大野中学校 2年生

百歳体操

百歳体操さんは、毎週木曜日に、ビデオを使って体操をしています。皆、和気あいあいと体力をつけています。ここでは人の交流も目的としているので、人とあまり関わらない方、若い方も歓迎しています。

水彩の会

水彩の会さんは、第2、4木曜日に技法を学びながら水彩画を描いています。水彩画はとても馴染みやすいものでした。

卵の花会

卵の花会さんは、第1、3木曜日に絵手紙を描いています。初めて絵手紙を描いてみましたが、やさしく教えてくださいました。楽しく絵手紙を描けました。

アロヒラニ・メレオハナ

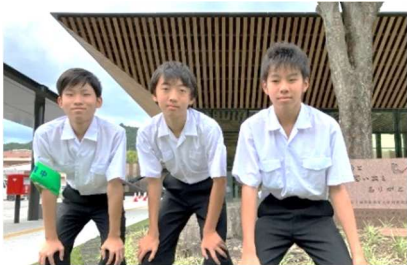
メレオハナさんは、フラダンスをしています。フラダンスは見かけによらず難しかったですが、やさしく教えてくださいました。

妹背ウォーターフォールクラブ

妹背ウォーターフォールクラブさんは、ヨガやバレエ、バドミントンなどを開講しています。私たちはアロマヨガを特別に体験させていただきました。実際にやってみると楽しくて、ヨガに少し興味を持つことができました。

フランス刺繍

フランス刺繍さんは、第1、3木曜日にフランス刺繍をしています。作られている作品を見せていただきました。聞いてみたら一つ一つ時間をかけて刺さられているそうです。



大野中学校 中茂 漣君 稲垣伊織君 松浦千結君

紅まんさく川柳会

紅まんさく川柳会さんは、第1火曜日に川柳をお題に沿って作成しています。出来のいい川柳を読んだときは思わず息をのんでしまいました。

取材を終えて

私たちが取材をして思ったことは、皆さんはまるくる大野を使って、それぞれの活動をしながら楽しんでいて、とても良い場所だと感じました。皆さんもぜひ利用してみてください。

キャリアスタートウィークを終えて

最初は初めてのキャリアスタートウィークで緊張しましたが、いざやってみたら担当者さんが親切に分からないことを分かりやすいように快く教えて頂けました。それ以外にも、団体の方々に快く取材を受けていただいたり、講義でまるくる大野について教えていただいたりしました。おかげで、気持ちよく職場体験が出来ました。担当者の皆様、そして取材を受けて下さった団体者様に、多大なる感謝を申し上げます。

事業報告1 夏休みこども教室

7月24日から8月27日にかけて、16種類(計21回)の講座を行いました。施設が新しくなったこともあり、ほぼすべての講座が定員を上回りました。



陶芸教室

事業報告2 スポフェス(スポーツの日)

10月9日、第1回スポフェスを開催しました。サッカーの福西選手、森崎選手、バドミントンの水井選手などをお招きし、様々なイベントを行いました。キッチンカーも7台が集結しました。



イベント広場の賑わい

フレイルミニ講座③～高齢期やせてきたら要注意！～

みなさん、食事を抜いたり、食べやすいものばかり食べていませんか？今回はフレイル予防の3つのポイントの1つ「栄養」についてお話しします。

高齢者がフレイルになる大きな要因の1つに「低栄養」があります。これは、エネルギーやタンパク質の不足であり、筋力や免疫力の低下を引き起こします。

成人の健康管理といえば、これまでは生活習慣病予防のために摂取カロリーを抑える「メタボ対策」が大きな課題でしたが、65歳以上の高齢期の方は、むしろ「やせすぎ」を防ぐことが重要と考えられるようになりました。

高齢期の「低栄養」を防ぐには、より一層タンパク質(肉、魚、たまご、大豆製品、乳製品)を含む食品をとることが大切です。

食事は活力の源です。バランスのとれた食事を3食しっかりととりましょう。

大野子育て支援センター
11・12月の行事予定表

日時	行事・内容
11月6日(月)	10:30~11:00 作って遊ぼう
11月13日(月)	10:30~11:00 読み聞かせ
11月20日(月)	11:00~11:30 わらべうたあそび
11月29日(水)	13:30~14:00 赤ちゃん広場 (3ヶ月~1歳未満児)
12月5日(火)	10:30~11:00 作って遊ぼう
12月12日(火)	10:30~11:00 読み聞かせ
12月15日(金)	13:30~14:00 赤ちゃん広場 (3ヶ月~1歳未満児)
12月18日(月)	11:00~11:30 わらべうたあそび
12月21日(木)	10:30~11:30 お楽しみ会

☆お手軽！生鮭の塩麹焼き☆

材料	2人分	作り方
生鮭	2切れ(70g×2)	①ポリ袋に塩麹と生鮭を入れて漬け、冷蔵庫にひと晩おく。(急ぐときは30分から1時間くらい漬ける。)キャベツはざく切り、しめじは石づきを切りほぐす。 ②フライパンに油を温め、鮭の皮目を下にしてのせ、弱火で蓋をして、両面こんがり焼く。 鮭を裏返すとき、キャベツとしめじをフライパンに加えて塩をふり、蒸し焼きにする。
塩麹	大さじ1	
サラダ油	小さじ2	
キャベツ	100g	
しめじ	40g	
塩	ひとつまみ	

一人分の栄養量:エネルギー 116Kcal タンパク質 16.8g 塩分相当量 1.1g

大野支所健康福祉係 ☎(0829)30-3309

LINE公式アカウントから
予約・確認お願いします。



料理づくりを一緒に楽しもう！

日時	テーマ	対象
11月30日(木)	10:00~12:30 元気なママのからだづくり (鉄分バランス丼、スイートパンブキン)	廿日市市の妊婦さん 16名
12月23日(土)	9:30~12:00 クリスマスと一緒に楽しもう！ (ケーキ・サンタリースイーツ) ※申込受付11月1日10時~LINEで	小学5・6年生 16名

※お問い合わせは大野子育て支援センターへお願いします。 ☎(0829)20-4866

きょうこや
館 報

フジタ スクエア まるくる大野広報紙

information

【休日】12月29日~1月3日およびメンテナンス日(年に数日を予定)

【開館時間】9:00~21:30

【ホームページ】

<https://marukuruohno.jp/>

【メール】

marukuru-reception@tokyu-com.co.jp

〒739-0488

廿日市市大野1328

☎(0829)20-4545

FAX(0829)54-1367



移動図書館車たんぽぽ号巡回

大野コース(第1・3金曜日)

11月17日/12月1日・15日

- ① 八坂一丁目 10:10~10:25
- ② 鳴川(八坂神社下) 10:35~10:50
- ③ 大野西市民センター 11:00~11:15
- ④ 梅原市営住宅 11:25~11:40
- ⑤ 対敵山集会所 13:10~13:25
- ⑥ 対敵山一丁目 13:30~13:45
- ⑦ 青葉台集会所 13:50~14:05
- ⑧ 大野東市民センター 14:10~14:25
- ⑨ 宮島口上一丁目 14:35~14:50
- ⑩ 宮島口公園(旧1区集会所跡) 15:00~15:15
- ⑪ 2区集会所 15:25~15:40

図書館休館日:11月22日・12月29日~31日