

生涯学習だより

仲間と一緒にいろいろなことを学んだり、楽しんだり。

子どもから、高齢者までみんなでチャレンジ！

サークル pick up!

Yoga・グレース

場所：中央公民館
日時：第2・4月曜日 午後7時半～8時半

体の調子を整え、本来の自分に気付く

ヨーガ療法は、体の動きと呼吸を連動させることで、自律神経の動きを整えると同時に、アンチエイジングホルモンなどを分泌させ、同時に筋肉強化の目的もあります。さらに、「瞑想」は本来の自分に気付かせてくれます。ぜひ、一緒に「緊張と弛緩」を体験してみませんか。「体が硬い」「運動は苦手」と思っ



とてもリラックスできて、自分に返ることができます。気持ちグススリできるのでおすすめです。

参加者
おの れいこ
小野 玲子さん
(福島・桜ヶ丘)



公民館を活動拠点として、多くの市民の皆さんが、自主サークルで楽しく学習されています。興味のある方は、一度、見学や体験をしてみませんか。自主サークルは、現在42あり、健康やスポーツ、料理、音楽など、内容はさまざまです。まず興味のあるものに挑戦してみてください。もう一人の新しい自分が見つかるかもしれませんよ。

「参加してみたい」「興味がある」「新しいことに挑戦したい」と思っているあなた、各公民館にお問い合わせください。

問 / 中央公民館 ☎72-1846
大東公民館 ☎71-2011
本城公民館 ☎71-3011
市木公民館 ☎71-5011
都井基幹集落センター ☎71-4011

市民サークルの一覧は
串間市のホームページで
ご覧いただけます。



公民館自主サークル参加者募集！

BOOKS

今月のおすすめ



今月のテーマ展示 『園芸』特集

5月は植物に活気があふれる季節。植え替えや挿し木、植え付けから病害虫への対策まで、あなたが望む庭を実現するための手助けになる本を集めました。皆さまのお越しをお待ちしております！



『埋火 第92号』

1986年に創刊された串間市の文学愛好者を中心につくる同人誌「埋火(うずみび)」。日常や日々の想い、季節の風景などを書きつづった詩・短歌・随筆など16作品を掲載。



『素敵な日本人 東野圭吾短編集』 東野圭吾／著

登場する人物が知人に似ていたり、経験のあるトラブルだったり、つい思い浮かべてしまう妄想の具現化だったり…。意外性と機知に富み、四季折々の風物を織り込んだ短編ミステリー9編。

今回は富高賢さんに
紹介して
いただきました！



この一冊

串間市立図書館の数ある蔵書の中から、司書さんオススメの一冊を紹介！



『蜜蜂と遠雷』 恩田 陸／著

今年に入って直木賞と本屋大賞を受賞し、いま最も注目される本です。ちょっと分厚い本ですが、読み始めると止まりません！ピアノコンクールを舞台にした才能と青春の輝き。作者が「文章」で表現する「音楽」に圧倒されます。中高生にも読書週間のおすすめとしてご紹介していますので、ぜひ読んでみてください。

豊かな日々を

Life
ライフ

【新刊情報】

○青い服の女 新・御宿かわせみ 7 (平岩 弓枝)○犬の報酬(堂場 瞬一)○我らがパラダイス (林 真理子)○夜姫 (新堂 冬樹)○錆びた太陽(恩田 陸)○奈緒と私の楽園(藤田 宜永)○時の名残り(津村 節子)○出会いなおし(森 絵都)○旅人よ どの街で死ぬか。男の美眺(伊集院 静)○城をひとつ (伊東 潤)○血縁(長岡 弘樹)○果鋭(黒川 博行)

串間市立図書館

串間市大字西方6524-58
TEL 0987-72-1177
FAX 0987-72-0803
開館 午前10時～午後6時
休館日 月曜日
HP <http://www.kushima-lib.jp/>

みんなが主役

ふるさと串間のために

市民団体紹介

～串間史談会～



史跡巡りを楽しむ史談会の皆さん

串間市で活躍する市民団体を市民の皆さまに知ってもらおうべく、毎月ご紹介していきます。串間の歴史と言えは？ そつ、「串間史談会」ですよ。第一回となる今回は、そんな串間史談会の活動について、事務局長の河野さんにお話を伺ってきました。

Q どんな活動をしていますか？

「串間史談会」は、県南の郷土史を研究し、地域文化の発展に貢献することを目的として、昭和51年5月に発足した団体で、現在は51名の会員と共に活動しています。

Q 今後の予定や取り組みについて教えてください

歴史を勉強したい入門者向けの勉強会、市民向けの講座などを行う予定で、史談会の魅力を伝えられるような活動をしていきたいです。さまざまな団体ともコラボした活動も行っていきたいですね。

また、会員による研究やインタビューなどを掲載した会報「くしま史談会報」も毎年制作しています。串間まつわる興味深い話がたくさん載っていますので、ぜひ市民の皆さまに読んでほしいですね。

みなさまの市民活動を支援します くしま市民活動交流センター Panerp

串間市大字西方 5500-2
TEL・FAX 0987-27-3075
開館日 平日午前9時～午後6時
メール kushimageinin@kdd.biglobe.ne.jp
HP <http://kushima-panerp.com/>

年金トピックス

☑ ねんきん定期便で加入などをご確認ください！

国民年金・厚生年金の被保険者には、日本年金機構から毎年誕生月に年金加入記録や年金見込額などの情報が記載されたハガキ形式の『ねんきん定期便』をお送りしています。

『ねんきん定期便』が届いたら、記載されている年金加入記録の内容を十分にご確認いただき、記録の「もれ」や「誤り」がある場合には、「年金加入記録回答票」に必要事項を記入し、年金事務所にご提出ください。日本年金機構において記録の調査・確認を行います。

問 / 市民生活課市民係 ☎内線 225・226

☑ 不審な電話や訪問にご注意ください！

日本年金機構などの職員をかたり、国民年金保険料を詐取される被害が全国で発生しています。

ご自宅への訪問や電話をするのは、年金事務所の職員か、日本年金機構が業務委託した民間業者だけです。いずれも写真付身分証明書を携行していますので、訪問の際は必ずご確認ください。

不審な訪問や電話があった場合は、口座番号等の個人情報話をしたり現金を支払ったりせず、相手の名前や用件を聞いて家族などに相談するか、または年金事務所へお問い合わせください。

都城年金事務所 ☎0986-23-2571