

根知地区こうみんかん

令和2年11月25日

第351号

TEL558-2002

館長 佐藤 求

〒949-0534 糸魚川市和泉355-3 メール nechiko@bz04.plala.or.jp



12月の地区の行事予定

- 5日(土) お正月講座
- 6日(日) わたしの自慢展(~11日)
- 12日(土) 盆栽教室
- 19日(土) 小学生プログラミング講座
- 19日(土) 歴史講座



わたしの自慢展開催!

今年は、公民館大会の開催を見送り、わたしの自慢展として地域の皆さんの趣味や手芸作品、写真、絵画などを1週間にわたり展示いたしますので、是非、お越してください。

◆とき 12月6日(日)~12月11日(金) 10:00~15:00

◆ところ 根知地区公民館多目的室

- ◆内容
- ・作品展示
 - ・根知小学校文化祭のDVD上映(6日のみ10:00~)

※尚、展示いただける作品もまだまだ募集中です。公民館までご連絡ください!

新型コロナウイルス感染拡大中です!

マスクの着用・手指消毒

三密回避の徹底を→ 密閉・密集・密接

人口及び世帯数2年10月末現在()内は前月

糸魚川市 男 20,252(20,298) 女 21,179(21,198) 合計 41,431(41,496) 世帯数 17,300(17,310)

根知 男 432(434) 女 455(457) 合計 887(891) 世帯数 395(397)

おしらせ

盆栽教室

- ◆と き 12月12日(土) 14:00~15:30
- ◆ところ 根知地区公民館
- ◆講 師 太田茂機さん(太田梢風園)
- ◆内 容 盆栽の冬の管理

歴史講座

- ◆と き 12月19日(土) 13:30~15:30
- ◆ところ 根知地区公民館
- ◆内 容 今年一年を振り返る



続・小学生のプログラミング教室

前回、楽しいと好評だったプログラミング教室の第2回目を開催します。前回参加出来なかった人も参加出来ます。低学年向けのやさしく楽しい教室です。お気軽にお申込みください。

- ◆と き 12月19日(土) 9:30~11:00
- ◆ところ 根知地区公民館
- ◆対 象 小学生1年生~6年生
- ◆申込み 12月15日(火)までに根知地区公民館へ 参加費無料

~青少年部スケート体験中止~

毎年、行われている青少年部事業のスケート体験ですが、青少年部で話し合った結果、今年は新型コロナウイルス感染拡大を受けて中止と決定しました。

根知谷にきらめくキャンドルロード実行委員会からのお知らせ

今年度の根知谷にきらめくキャンドルロードは新型コロナウイルス感染拡大を受けて中止することとなりました。楽しみにしていて皆様方には残念なお知らせとなりますが、ご理解の程よろしく願います。

根知谷

十一月前半は寒い日が続き、早くもラニ
ーニヤ現象の影響で、早い冬の到来かと思
っていたが、中旬からは打って変わってポ
カポカ陽気で汗ばむほどの気候となった。
普通この時期だと「小春日和」と言われる
が、まるで「小夏日和」と言った方がふさ
わしい程だ。

新型コロナウイルスの感染がここに来て
再び拡大し、第三波が襲来したと恐れられ
ている。そしてこれからインフルエンザが
流行する時期を迎える。コロナ禍と同様に
気を緩めることなく、用心を怠らず暮らし
てゆかなければならない。

インフルエンザ対策食品として長いも、
マイタケが有効との研究成果がある。長い
ものに含まれるたんぱく質にウイルスを抑え
る働きがあるという。ただし加熱すると失
活するため酢の物など、シャキシャキと生
で食べるのが良い。

食後は2~3時間、口の中に成分が残っ
ている間はウイルスが抑制される。また長
いもには「ムチン」という喉、鼻の粘膜を
強化する成分も含まれていて優秀なインフ
ルエンザ対策食品と言われている。マイタ
ケは「αグルカン」と言う免疫力を高める
成分が含まれる。これは熱に強いので汁物、
鍋、炊き込みご飯などにして食べると吸収
されやすいのでこれからの季節に向けてい
る。

毎日同じものを食べるわけにもいかない
が試してみてはいかがだろうか。