

消費期限と賞味期限、知っていますか？

保健センター

消費期限

「安全に食べられます」という期限を示しています。おもに、お弁当やおかずなど傷みやすい食品につけられます。期限が過ぎる前に食べてしまいましょう。



例) パック入りの肉・魚、サンドイッチ、弁当、ケーキ

賞味期限

「品質が保たれ、美味しく安全に食べられます」という期限を示しています。消費期限に比べ、傷みにくい食品につけられます。期限が過ぎてすぐには食べられなくなるわけではありませんが、早いうちに食べましょう。



例) 乳製品、カップ麺、スナック菓子、レトルト食品、ハム・ソーセージ、缶詰

佐賀県でも「食品ロス削減」に取り組んでいるところですよ。

「食品ロス」の約半分は、家庭から出されたものと言われています。これらをしっかり理解して、家庭での「食品ロス」を減らしましょう！

〈問合せ先〉保健センター TEL.0954-63-3373



▲パリ シャルトル

《床の間コーナー》の壁に飾られた「納富進 作品展」の展示風景。4月1日(土)～6月29日(木)開催。展示風景を展示します。また、6月に納富さんにゆかりのある方による「語る会」を予定しています。

「エイブルからこんにちは」のコーナー。館長 永池 守のコメント。エイブルの運営は、有難くても、おかげさまで、自分ではこう思う、こう考えるということを書き添えるようになってきました。

図書館からのお知らせ

鹿島市民図書館

TEL.0954-63-4343 ホームページ QRコード▶ http://www.library.city.kashima.saga.jp

子ども図書館サポーターになりませんか！

図書館のイベントや仕事のお手伝いをしてくれるサポーターを募集します。

活動期間：5月～令和6年3月 ※全体で8～9回の活動

対象：鹿島市内の小学4年生

定員：5人程度

応募期間：4月7日(金)～23日(日)

応募方法：応募券に必要事項を記入して、小学校か図書館の応募箱へ

または電話でも受け付けます。 ※応募多数の場合、抽選となります。



こども読書週間イベント①

おはなし会『ねえ、パパ絵本よんで！』

4/29(土) 14時～15時

参加無料

ところ：エイブル1階 いきいきルーム

対象：どなたでも

※子育て中のパパ・ママ大歓迎！

定員：20名程度

申込開始：4/1(土) 9時30分から

図書館カウンター・電話で受付

※通常の土曜日のおはなし会はお休みします。

1部：パパたちによる迫力満点の読み語り

2部：“いまパパ。”代表の片桐亮さんと「おしゃべりタイム」



片桐亮さん

今しかない期間限定の子育てについて、パパもママも一緒におしゃべりしましょう！

こども読書週間イベント②

わくわく絵本ぬり絵

絵本に出てくるキャラクターのぬり絵をおうちで楽しみましょう！完成したぬり絵は図書館に掲示します。



ところ：図書館内

ぬり絵配布期間：4/29(土)～5/7(日)

ぬり絵受付期間：4/29(土)～5/14(日)

ぬり絵掲示期間：5/19(金)～5/31(水)

こども読書週間イベント③

としよかんでつくっちゃおう！

おうちにあるもので簡単に作れる工作にチャレンジしよう！



ところ：図書館内

5/5(金)：こいのぼりをつくろう

5/6(土)：手のひらサイズの小さな本型メモ帳

5/7(日)：紙コップでつくるけん玉

エイブルの木 広告終了します

「エイブルの木」は令和5年5月号から「広報かしま」の中に移動します。それに伴い、広告の掲載は今月号で終了となります。

Amikaban 株式会社. 美味しいパンを通して、地域貢献に努めます。就業移行支援・就労継続支援A型・就労継続支援B型。パンづくり等の日中活動を通じて、自立と社会参加を目指します。

新年度! 新学期! 焼肉パワーで飛躍の春! シニア割引 ポリュームセット. 焼肉金剛園. 創業昭和47年. 営業時間 平日17時～24時 土・日15時から営業.

4月の休館日. 保健センター 土、日、祝日. 市民図書館 3月・10月・17月, 24月・27月. 生涯学習交流館 3月・10月・17月, 24月.

かしまぐるっとミュージアム 鹿島市内の主な展示施設の展示情報を掲載します. 祐徳博物館, 染織資料館, 岩永京吉美術館, 鹿島市民図書館, エイブル床の間コーナー.

4 2023

令和5年4月号 NO.203 3月16日発行

エイブルの木

発行：「エイブルの木」広報部 (エイブル2階 エイブル事務局) 〒849-1312 鹿島市大字納富分 2700-1 一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・文化振興財団 TEL:0954-63-2138 FAX:0954-63-3424

令和5年度 第1回エイブル事業 5月13日(土)～21日(日) ※15日(月)休館

Pica Pica 輝け! エイブル祭り!

※ Pica Pica は「カササギ」の学名です。

13日(土) 10:00～ オープニングセレモニー

くすみまさゆき 10:30～

久住昌之トークショー ～ふらっと鹿島、孤独の佐賀さんぽ～

「孤独のグルメ」原作者・漫画家・エッセイスト・装丁家・作曲家 入場無料 全席自由 整理券が必要ですが整理券配付日/4月11日(火)～整理券配付場所/エイブル2階事務局 ※お一人様2枚まで ※先着順、ただし配付予定枚数に達し次第、配付終了します ※車いす席あり (事前にお申込みください) ※手話通訳あり



13日(土)～21日(日) 作品展示、読書手帖配布、ペットの写真展

保健センター展示、エイブルパートナー展示ほか

13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日) ステージ発表

14日(日) 食べて応援! エイブル マルシェ ★そのほかイベントも企画! お楽しみに!

新年度から「エイブルの木」は「広報かしま」内に引っ越します。

鹿島市市報「広報かしま」の令和5年度5月号からのリニューアルに伴い、「エイブルの木」は現在の6ページから2ページに縮小して、「広報かしま」の中に引っ越すことになりました。また「広報かしま」は4月号から市内全戸配布になり、「エイブルの木」の全戸配布と、図書館の広報誌「みんな」の回覧は今号4月号で終了になります。市外会員の皆さんや施設・企業などには、2ページの「エイブルの木」のみを今まで通りお送りします。これまで長い間ご愛読いただきありがとうございました。新紙面では情報を絞って掲載し、それ以外の情報はホームページやSNSで発信していきます。これからもよろしくお願いいたします。

4月のエイブルホールの行事予定(3月1日現在) ※予定は変更になる場合があります。★は当財団主催事業 ◆は貸館です。

エイブルホール 9日(日) ◆ピアノ発表会 23日(日) ◆ピアノ発表会

エイブルパートナー. 佐賀西信用組合, 東亜三機株式会社, 株園電工, 社会医療法人 祐愛会 織田病院, Yutoku.

## エイブル倶楽部

現在の会員数 937名!  
うち市外会員 190名!  
うち法人会員 7団体

- ★「エイブル倶楽部」は、鹿島市民に限らずどなたでも入会することができます。年齢の制限もありません。
- ★1年コースは会費1,000円(高校生以下 500円)。  
3年コースは会費3,000円(高校生以下1,500円)で、入会・更新時に500円分のクーポン券をプレゼント。
- ★会員はいびる講座を1回500円で受講でき、会員対象の無料講座もあります!
- ★「いびる事業」チケットが割引になるものがあります。

申込受付中のいびる講座 受講には事前に申し込みが必要です。

### 公開講座 「睡眠」と「健康」の知恵袋 講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠のお悩みはありませんか?眠りと健康の意外な関係を2回に分けてご紹介します!

●講師 明治安田生命 ●場所 エイブル3階 研修室 ●受講料 無料 ●定員 各30人

<b>第1回</b> 4月20日(木) 10:00~11:00	<b>第2回</b> 4月20日(木) 11:15~12:15
テーマ:最適な「睡眠」を考える <b>人生100年時代!</b> くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋	テーマ:よい睡眠のための睡眠環境 <b>よい睡眠とれていますか?</b> ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ!
睡眠についての正しい知識を『知る』、よい睡眠をとるための方法を『実践する』、ご自身にとってよい睡眠を『実感する』の3ステップによる、よい睡眠をとるためのポイントをご紹介します。	寝具(枕、布団、マットレス等)選びのポイントや寝室の温度・湿度などよりよい睡眠のための環境、「夜中に目が覚めてしまう」、「なかなか寝付けない」などのお悩み別の解決方法をお教えます。

### 会員限定 初めてのキッズヨガ&ダンス

はじめてのお子さんでも大丈夫!ヨガで身体と心をほぐしてカッコいいダンスに挑戦してみませんか。  
元気いっぱい身体を動かしてみよう!

●講師 土井 里紗さん  
●日時 4月14日~9月22日  
全12回 金曜日 19:00~20:00  
●場所 エイブル1階 いきいきルーム  
●受講料 500円/回  
●定員 10人  
●対象 小学生以上 要保護者同伴

残りわずか

### 公開講座 プリザーブド&シルクフラワーで作る フラワーアレンジメント

~素敵な花で心豊かに~

プリザーブドフラワーとシルクフラワーの可愛いアレンジメントです。家事や仕事の終わりに、自分だけの素敵なフラワーアレンジメントを作ってみませんか。ウェルカムドリンクもご用意します。

●講師 東島 五十美さん ●日時 4月25日(木)  
1回限り 19:00~21:00 ロビーに  
●場所 エイブル3階 生活工房B サンプル  
●受講料 会員:500円 一般:1,000円 展示中▶  
●材料費 2,800円(ラッピング付き) ●定員 10人

### 会員限定 初めての英会話教室②

●日時 4月12日~7月19日  
全12回 水曜日 14:00~15:00

募集中の要望講座	
エイブルに講座の要望を出してみませんか。受講希望者がら人以上集まって条件が揃えば、講師選定や日程調整など開講の準備に入ります。	
教えた講座	募集期限
糸かけ数楽アート (講師:宮崎 聡子さん・伊東 典子さん)	R5. 9月まで
憲法をあらためて読む (講師:松井 修徳さん)	R5.11月まで
フラダンス (講師:池田 千鶴さん)	R5.11月まで
篠笛教室 (講師:井手 康晴さん)	R6. 3月まで
学びたい講座	募集期限
茶道(大人向け)	R5. 4月まで
カメラ講座	R5. 7月まで
詩吟	R5. 8月まで
教えた講座	募集期限
詩吟(加宗会) (講師:高橋 加宗さん)	R6. 3月まで
詩吟(岳精流) (講師:古川 博輝さん)	R6. 3月まで
楽しい複音ハーモニカ入門 (講師:山口 秀子さん)	R6. 3月まで
骨盤底筋トレーニングヨガ (講師:貫藏寺 真弓さん)	R6. 3月まで

## 第21回「エイブル祭り」を開催します。

エイブル事業

# Pica Pica 輝け! エイブル祭り!

5/13(土)~5/21(日) ※5/15(日)は休館日

5/13(土) オープニングセレモニー 10:00~

久住昌之トークショー 10:30~  
~ふらっと鹿島、孤独の佐賀さんぽ~

13日(土)~ 21日(日) 展示の部、読書手帖配布(鹿島市民図書館)  
ペットの写真展、保健センター展示  
エイブルパートナー展示ほか

13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日) ステージの部  
14日(日) 食べて応援!エイブル マルシェ

★そのほかイベントも企画中!お楽しみに!  
★下記の団体、個人が参加されます。ぜひお越しください。

参加団体:展示の部	参加団体:ホールの部
●松尾 久美子/パステル画他	◆フラハラウナ-ホクリイ所属 フラ・マカニ/フラダンス ◆花音/朗読
●咲き織愛好者会/裂き織物	◆社協主催 趣味づくり健康づくり教室 日本舞踊藤松会 ◆岡 千秋/歌
●かすりのパッチワーク教室	◆アンサンブル弦/マンドリン・ギター・ハーモニカ ◆リリース/独唱
●高本 孝子/造花のアレンジ	◆鹿島モアナ ハワイアンズ/ハワイアン音楽 ◆東会/日本舞踊
●書道教室(エイブル講座)	◆フラハラウナ-ホクリイ/フラダンス ◆藤優会/日本舞踊
●小池 光男/鏝絵(こてえ)	◆楽しいおかりな あんだんて/オカリナ ◆佐賀岳精会/吟詠
●純銀アートアクセサリー	◆劇団ヤマト/歌とダンスのステージ ◆オリオン/オカリナ
●池田 芳久/木工模型	◆飯田保育園/よさこい・みのり太鼓 ◆坂本 朝/ピアノ・歌
●かしまカメクラブ	◆CFフルートクラブ/フルート演奏 ◆江笠鹿島太極拳倶楽部
●鹿島筋の会/生け花	◆サクソサウンズ/サクソ演奏 ◆ふきのとう/ハーモニカ
●デコパージュ教室	◆アコースティックギターチームN ◆日本舞踊. 智賀徳会. 星組
●鹿島模型サークル	◆鹿島ブルースカイ/大正琴演奏 ◆オカリナサークル ルッカ
●吉牟田 満/絵画	◆Dolce melodies/リアー演奏 ◆ギターで歌おう それいゆ
●鹿水会/水墨画	◆みんなて歌う会/合唱5団体 ◆エルマーナ/女声コーラス
●水曜会/陶芸	◆ウクレレ入門(エイブル講座) ◆軽音つきいち/バンド演奏
●猶興書道会	◆不知火太鼓 篠笛教室 Rin 音 ◆二胡二胡クラブ/二胡演奏
	◆箏曲えいびる会/箏曲合奏 ◆鹿島美祐連/よさこい演奏



### 広告 「わかくす」通信 2023.4

先日、消費生活相談員の方々と勉強会が開催されました。参加者は、県内西部の市町の消費生活相談を担当する相談員の方々と、講師役は私一人でした。日弁連の消費者問題対策委員会の副委員長などを務めた関係で、地元の消費生活相談員の方々と、長い付き合いをさせて

### 消費生活相談員との勉強会

いただいております。今回も多重債務、クレジット名義貸し、マルチ商法、電話勧誘など、様々な問題について討議をしました。いきなり「弁護士に相談」というのは躊躇される方も多いと思いますので、地元の消費生活相談員との連携で、地元での消費者被害の救済に関わっていきたくと思います。(注 泰弘)

弁護士法人朋楠・わかくす法律事務所 <http://houunan-wakakusu.com/> (佐賀県弁護士会所属)  
弁護士 辻 泰弘 弁護士 椿原 剛  
鹿島オフィス 鹿島市高津原 4296-41 鹿島商工会館2階 Tel 0954-69-8162

## 「岩永京吉 作品展」ギャラリートーク レポート

床の間コーナー

エイブル2階床の間コーナーでは、「岩永京吉 作品展 ~京吉画業における宿題~」を3月30日(木)まで開催しています。1月28日(土)には、岩永京吉美術館館長の石川宗晴さんによるギャラリートークを開催しました。会場は、鹿島市中村にある「吉田能舞台」。岩永さんが制作された「鏡板 松図・竹図」を実際に見ながら話を聞くことができました。

岩永さん(1917~2011)は、美術教師として長野県の中学校勤務を皮切りに、鹿島高校や鹿島実業高校、佐賀大学で多くの生徒を育てながら制作を続け、日展などで多数入選されています。今回のギャラリートークは、『人生の宿題』というテーマで、地域の方から依頼を受けて制作した作品について、石川さんに話していただきました。

古枝の興善院の「涅槃図」、祐徳稲荷神社の「萬子嬢一代記」、そして吉田能舞台の「鏡板 松図・竹図」とさまざまな依頼に懸命に応えた岩永さん。残されたスケッチや日記などから、各地で調査や写生を行ったことや、当時は家族さえもよく知らなかった制作の歩みなども知ることができました。

岩永さんは81歳になってからパソコンの練習を始められ、絵についてだけでなく20代のときに経験した第二次世界大戦中の出来事なども記されたそうです。特に中国での捕虜生活と当時のスケッチに関しては、初めて聞く方も多く、皆さん驚かれています。大きな依頼に手を抜かず、年を重ねても挑戦を続けた岩永さん。その制作に傾けた熱い思いは、作品と共に地域で受け継がれています。ギャラリートークの後は、特別に能舞台上に上がることができ、参加された皆さんは松図・竹図に見入っていました。

また、今回会場となった「吉田能舞台」は、「一般社団法人 吉田祐彦記念館」として新たなスタートを切られました。文化・芸術の拠りどころとして、地域の方々に活用されています。



## ユースカレッジ「川崎寿洋さん講義」レポート

田澤義鋪記念館

1月19日(木)の第8回ユースカレッジでは、車いすバスケットボールで活躍された、川崎寿洋(としひろ)さんの講義「障がいを授かって」を開講しました。川崎さんが小学生の頃、田澤義鋪記念館館長(エイブル館長)の永池守が家庭教師をしていた縁で、講師を引き受けていただきました。今回は永池館長がレポートを書きました。

川崎寿洋さんとは、50年ぶりの再会でした。彼は大学を卒業して会社勤務。22歳の時、バイクで出勤途中に車と正面衝突(自分はもうだめだと思ったということでした)。

幸いなことに事故現場にお医者さまがおられ大腿部の止血、すぐ病院に連絡し容態を説明、外科の先生の待機を指示。全てのことがうまくいって奇跡的に命拾いしたということでした。

本人は、意識が戻ってから、この命は神様から「お前は生きなさい。」と授かったものだと感じたそうです。この障がいを授かって以来、彼は自分の右足の義足は障がいではなく、自分の長所と考え、いろいろなことにチャレンジし、長年長崎の車いすバスケットボールチームに所属。パリンピックに出場した車いすバスケットの鳥海さんとブレイ。

今では、小中学校へ出向いて「心のバリアフリー」の講演をしたり、実演を見せたりして障がい者と健常者の一番の壁は、心の問題だということを力説しているということです。しかし、実際にコンピュータ内蔵の義足を見せてくれたことには、びっくりしました。

### 広告 2023 九州最大級 園芸店 フラワーウッド

## 母の日フェア

4/29(土)~5/14(日)

ギフト商品お買い上げの方 メッセージカード無料

今年の日母の日は5月14日!  
『ゴールデンウィークより母の日フェア開催!』いつもよりたくさんギフト商品が!スタンダードな寄せカゴや珍しい一品まで九州最大級の品揃え!期間中1000点以上のギフト商品が!お早めにお越しください!

最新情報はSNSで▶ Instagram Facebook Twitter

営業時間 9:00~18:00 白石町大字深浦 2689 ☎0954-65-5005

春はガーデニング!毎週末(金土日)セール開催!詳しくはSNSにて!