

蜜蝋でクリームを作りました!

ミツバチが巣を作る時、接着剤の役目をする蜜蝋で天然のクリームを作りました。

ラベンダーやレモンなど、受講者が好みの香りをつけて完成。センター内が癒しの香りに包まれました。ミツバチの生態のお話も興味深く学ぶことができました。



ミツバチは花の蜜を求めて飛び回るので野菜や植物の受粉を媒介しているのです。世界のほとんどの農作物がミツバチの媒介によって受粉しているといわれています。
またハチミツや蜜蝋もミツバチの陰で手に入れることができます。



自然と共存する美しいまち御園宇

地域一斉清掃のお知らせ

日時:令和6年12月7日 8:00~1時間程度

集合:御園宇地域センター

どなたでも参加OKです! ごみ袋・火バサミ・軍手は用意しています。

主催:御園宇小学校区住民自治協議会 環境・景観部会



五行論から学ぶ身体元気体操



五行論(月~日カレンダー)の中で今回は特に、木(筋肉)・水(関節)・火(血液、体温)についてお話いただき、同時にそれに即した体操を学ぶことが出来ました。それぞれの体操は、木は「木のように伸ばす」水は「魚のように背骨を中心にゆるめる」火は「耐えることによって血管をきたえる」動きで、5分くらいでできます。是非日々の生活に取り入れたいと思いました。

地域センター花壇の花が満開です!

地域センターの花壇の花たちが元気に開花しました。いつもお世話いただいています住民自治協議会 環境・景観部会様、大変ありがとうございます(*-*)(*_*)



R06.11