

宮生地区 公民館だより

令和 5年 4月 1日発行 第481号

発行：宮生地区公民館

上市市下生居字屋敷前288番地

電話674-3304 FAX674-7451

・・・新年度のごあいさつ・・・

地区の皆様には常日頃から、公民館運営にご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。
新年度に入りコロナによる行動制限が緩和されつつある状況とはいえ依然予断を許されない日々を過ごす中ですが、地区の各事業につきましては市の指導に副ってウイルス感染防止を最優先に「集う・学ぶ・結ぶ」を基本に「住みよい宮生・住んでよかった宮生」と言われる地域づくりの拠点施設としての運営にしっかり取り組んで参る所存です。

地区の皆様には今年度も各事業への力強いご支援又ご参加をお願い申し上げます。

宮生地区公民館館長 尾形権太郎

高齢者学級「晴ればれ講座」閉級式

2月28日（火）令和4年度の閉級式を行いました。活動報告・会計報告を行った後、1年間の写真をスクリーンに映して思い出を振り返りました。話し合いの中では次年度の事業内容についての提案も多く出され会員の学習に対する意欲が感じられました。最後に、童心に還って楽しいゲームをして令和4年度の学級を閉じました。次年度も多くの方から入会していただき、楽しみながら学習や健康づくりをしていきましょう。



女性学級「ほたるの会」学習会 並びに閉級式

3月6日（月）令和4年度の閉級式を行いました。1年を振り返ってみると月1回のペースで学習会を開催してきました。会員の方は充実した学習会となったことに満足していただけた様です。報告会の後は、米沢ヤクルトさんより『睡眠の質』についての講習会をしていただきました。「太陽の光を浴びる」「夕食は就寝前を避ける」「寝る1～2時間前にぬるま湯にゆっくりとつかり体温が元に戻る頃就寝に入る」など快眠のための1日の過ごし方の一例を教えていただきました。そしてなにより、寝床についたらネガティブな考えごとなどをしないで就寝することが大切なのだそうです。

第3回出前スポーツ教室「ボディメンテ」

3月8日（水）本年度最終の「出前スポーツ教室」を開催しました。種目は足腰の柔軟体操のような運動で身体のコンディションを整える「ボディメンテ」です。指導者の方は男性の参加者が多い事にびっくりしておられました。時折「うー」とか「気持ちいい」と声にしながらも身体のメンテナンスを行いました。「身体が軽くなったなあ。来てよかった」など喜びの声が聞かれました。

第3回和の学校「モルック」大会

3月20日（月）「モルック大会」を開催しました。公民館独自ルールを設けてチーム対抗戦と個人戦で競い合いました。熱戦の続く中で笑いもたくさんあり、また、チームの一致団結をした姿を見られ楽しく充実した大会となりました。



地区民対象会員制講座

『高齢者学級』

& 『女性学級』

会員募集中です。

申込先：宮生地区公民館

締切日：4月18日（火）

※詳細につきましては回覧にてお知らせしております。ご確認ください。

3月16日（木）に上山市立宮川中学校（卒業生23名）、3月18日（土）に上山市立宮川小学校（卒業生12名）の卒業証書授与式が行われました。これまで見守ってくださった地域のみなさまありがとうございました。

上山市立宮川中学校卒業記念写真



宮川中学校（宮生地区卒業生10名）（敬称略）

木村煌太（上生居） 鏡 瑛多（中生居） 稲毛永愛（中生居）

佐竹大晟（下生居） 木村紅葉（下生居） 三春歩実（下生居）

笹原涼楓（下生居） 佐竹勇星（宮脇） 鏡 晴月（宮脇）

堀井遥愛（宮脇）

《写真提供：宮川中学校》

令和5年4月 おもな事業

4月12日（水）第1回和の学校

※公民館終日留守になります

12日（水）地区会長会総会

25日（火）公民館職員合同会議

※公民館午前中留守になります

26日（水）公民館運営委員会

4月 8日（土）午前：宮川小学校入学式

午後：宮川中学校入学式

第1回「和の学校」参加者募集

喜多方市「日中線しだれ桜」

回廊ウォーキング

旧国鉄の喜多方駅から熱塩駅まで結んでいた日中線は昭和59年に廃線となり、その跡地の一部を遊歩道に整備した場所です。

期 日：令和5年4月12日（水）

集合場所/時間：宮生地区公民館

午前9時20分

参加費：1,500円

持ち物：飲料水（水分補給用）

対象者：宮生地区民

募集人数：15名程度

締切日：4月10日（月）正午

申し込み/問い合わせ：宮生地区公民館



宮川小学校（宮生地区卒業生4名）（敬称略）

木村 仁（中生居） 木村遥斗（下生居）

柏倉蒼太（宮脇） 堀井美優（宮脇） 《写真提供：宮川小学校》

・・・ペットボトルキャップの

収集活動終了のお知らせ・・・

令和5年3月31日をもってペットボトルキャップの収集を終了いたしました。長年にわたり皆様からご協力をいただきましたことに対し、厚く御礼申し上げます。なお、プルタブの回収は引き続き収集活動を行ってまいりますので、ご協力の程よろしくお願ひします。