

令和5年5月9日発行

南部地区 公民館だより

【第127号】

上山市南部地区公民館
上山市河崎一丁目1-23
TEL 673-7255
FAX 666-8148
nanbu-1@honey.ocn.ne.jp

令和5年度の事業運営がスタートしました。

START

4月14日(金)開催の公民館運営協議会において、今年度の運営方針、事業計画、収支予算など協議していただき、承認されました。



令和5年度事業計画

【運営方針】

南部地域の生涯学習活動の拠点として「ふれあい、まなびあい、わきあいあい」をテーマとし、多くの方々が集える公民館を目指す。

また、地域の方々のニーズを把握に努め、自発的・主体的活動を促すとともに、親睦と交流の場を提供し明るく楽しく豊かな地域づくりを推進する。



【重点目標】

- ① 自主的な活動で身近な公民館をつくろう。
- ② 自分たちの地域の良さを知ろう。
- ③ 心身ともに健康になろう。
- ④ 人と人のつながりを深めよう。

【南部地区公民館対象地区】

二日町1・2	矢来1・2・3・4
石 堂	南 町
長清水1・2	三本松
石崎1・2	河 崎
松 山	葉 山
金生1・2・3・4・5	21地区

【キーワード】

- ① 交流でつくる「交民館」
- ② 地域に貢献できる「貢民館」
- ③ 幸せと楽しさをつくる「幸民館」

お 願 い

～公民館駐車、駐輪場のご利用について～

当公民館の駐車場、駐輪場は、スペースが狭く駐車台数に限りがあるなど、大変ご不便をおかけしております。ご来館者や公民館ご利用の皆様が、安全で気持ちよくご利用していただくために、以下のご協力をお願いいたします。

ご注意ください

駐車

駐車可能台数は14台です。白線の枠内に駐車してください。
満車の場合は、市役所駐車場をご利用ください。
保健センターへの無断駐車はご遠慮ください。



公民館正面玄関前などの場所は、施設利用者や歩行者、緊急車両など、通行の妨げになりますので、駐車することのないようお願いいたします。

駐輪

公民館正面玄関東側の、花壇わきに設けた駐輪場(赤いコーンの内側)へお停めください。



参加者募集

お問合せ・申込み先 上山市南部地区公民館 ☎673-7255
講座のお申込は、5月15日(月)午前9時~受付致します。(お電話のみ)

健康づくり
と
歴史講話

黒沢峠 歴史探訪トレッキング

越後分領へ出勤した上山藩士...戊辰戦争と出兵
峠を通ったイザベラバード...敷石道を歩いて歴史や景観を楽しみましょう



日時 6月15日(木) 9:00~16:00

※8:30~お名前、参加費等の受付を開始します

集合場所 南部地区公民館

内容 健康増進を図りながら、歴史を学びます

講師 【歴史案内】上山市文化財専門員 荒木雄之さん
【コース案内】押野ヤエ子さん

行程 公民館→いいで道の駅めざみの里(トイレ休憩)
→黒沢峠(小国町)トレッキング→めざみの里(昼食・休憩)
→公民館(解散)※天候によりコースの変更があります。

対象 南部地区にお住いの方

定員 先着20人

参加費 1,680円(昼食代)

持ち物 山歩きに適した服装、靴、お持ちの方は登山用ストック、水分補給のための飲み物、タオル、雨具、必要な方は筆記用具など

その他 雨天決行

※予め、荒天と判断される場合は、前日の15時に中止決定し、参加申込のあった方に電話連絡いたします。

※かみのやま健康ポイント対象事業20P付与

健康づくり講座

ストレッチ&簡単にできる筋トレ

日時 6月30日(金)

7月28日(金)

8月29日(火)

いずれも
10:00~11:00
3回の継続講座です

場所 南部地区公民館 1階 集会室

内容 3回の継続トレーニングで、筋肉を無理なく動かして、柔軟性のある身体づくりを目指します。

講師 本木裕美さん

※かみのやま健康ポイント対象事業20P付与

身体がスッキリ!気分もスッキリ!
動きやすい身体になれる!うれしい効果が期待できます

運動不足... だるい...

身体が硬い... など気になる方はぜひ!

対象 南部地区にお住いの方

定員 先着15人

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装、運動シューズ、ヨガマット、タオル、水分補給用の飲みものなど
※ヨガマットをお持ちでない方は公民館で準備いたします。

公民館大掃除 ボランティア



日時 6月3日(土) 8:00~1時間程度

※7:45まで公民館へ集合してください。

清掃場所 南部地区公民館内外

持ち物 内履き、清掃用タオル1本

その他 ・清掃用具はこちらで準備いたします。
・駐車場は、保健センター駐車場をご利用ください。

ご協力いただける方は
5月26日(金)までご連絡ください。

~5月の予定~

10(水) 一般講座【味噌づくり】

17(水) ともがき開級式・第1回学習会

23(火) 女性講座【スワッグづくり】

27(土) のびっ子クラブ・親子体験教室

【段ボールオーブンでピザを焼こう】

6月の公民館だよりは、6月6日(火)発行です。

令和5年度 事業計画

※ 講座は諸事情により、変更や延期、または中止になる場合があります。

※活動の様子を撮影した写真を公民館だよりやホームページなどで使用場合がありますので、予めご了承ください。

会議・研修他

- ・公民館運営協議会(4月・11月・3月)
- ・～わきあいあい～実行委員会(6月・7月・9月・10月)
- ・公民館大掃除(6月・11月)
- ・公民館だより発行(126号～138号)



高齢者教室「ともがき」

- ・開級式(5/17)
- ・演芸鑑賞
- ・世代交流【上山ふるさとふれあいフェスティバル】(6/28)
- ・一日研修
- ・軽スポーツ
- ・健康講座
- ・映画鑑賞
- ・閉級式
- ・運営委員会(4月・9月・2月)



一般講座

- ・味噌づくり講座(5/10)
- ・男性講座【男のそば打ち】(11月)
- ・女性講座【スワッグづくり】(5/23)
- ・防災講座
- ・料理教室
- ・救命救急講座【心肺蘇生法と AED の使い方】
- ・年末年始飾りづくり
- ・蜜蝋ハンドクリームづくり(2月)



少年教室「のびっ子クラブ」

- ・親子体験学習【段ボールで焼くピザづくり】(5/27)
- ・自然体験(8月)
- ・親子体験教室(12月)



体育・文化・レクリエーション等

- ・トレッキング(6月・10月)
- ・ストレッチ&簡単にできる筋トレ(6月・7月・8月)
- ・南部地区かかし作り隊(8月)
- ・モルックを楽しもう(9月)
- ・～わきあいあい～スポーツレクリエーション(10月)
- ・～わきあいあい～南部地区作品展(2月)



令和5年度 役員名簿

(敬称は略させていただきます)

公民館運営協議会委員

団体等名	氏名
顧問	会長 齋藤 英雄
南部ブロック代表	副会長 笹原 一昭
本庁地区会長会	副会長 高橋 友幸
〃	中川 賢一
〃	伊藤 賢一
〃	鈴木 隆重
〃	尾形 清一
老人クラブ連合会	須田 義孝
子ども会育成連合会	五十嵐 裕司
民生児童委員協議会	土屋 宏
青少年育成推進員	石山 忠志
スポーツ推進委員会	奎 利幸
事業協力員	木村 良春
高齢者教室	小松 登
学識経験者	青木 勝
南部地区女性代表	高橋 恵子
本庁地区会長会監事	三條 正敏
南部地区選出	羽島 多男
公民館館長	鏡 好男

高齢者教室運営委員

役職名	氏名
学級長	小松 登
副学級長	井上 光弘
幹事	杉山 儀七
〃	山川 恵美子
〃	工藤 玲子
〃	佐藤 利重
〃	加藤 いく子

青少年育成推進員

地区名	氏名
矢来	鏡 義宣
河崎	石山 忠志

スポーツ推進委員

地区名	氏名
河崎	奎 利幸
河崎	水沼 智仁
松山	加藤 政博
長清水	斎野 太吾
石崎	横澤 明子
三本松	小山 由美

事業協力員

地区名	氏名
二日町	城戸 口宏
矢来 1	木村 良春
矢来 2	安部 正和
矢来 3	後藤 博美
矢来 4	水田 晃裕
石堂	井上 光弘
南町	加藤 義常
長清水 1	斎野 太吾
長清水 2	櫻井 喜代子
三本松	小山 浩志
石崎 1	横澤 明子
石崎 2	花鳥賊 康繁
河崎	渡部 稔
松山	加藤 政博
葉山	伊藤 弘行
金生 1	大澤 泰雄
金生 2	鈴木 仁
金生 3	渡辺 孝広
金生 4	伊藤 修
金生 5	高嶋 正子

役員の皆様には、ご協力賜りますようお願い申し上げます。