

北部地区公民館 だより

第335号

令和3年4月1日発行
上山市北部地区公民館
上山市弁天一丁目6番8号
TEL/FAX 672-2545
《E-mail》
kamihoku@pluto.plala.or.jp

令和3年度がスタートしました！

各地から花の便りが聞こえてくる今日このごろ。皆様におかれましては益々お健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。また日頃より当公民館活動にご理解ご協力そして温かいご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

さて今年度も北部7地区の生涯学習の拠点として「つどう・まなぶ・つながる公民館」をテーマに、教養と親睦を深め、心身ともに健康で豊かな人生創りに繋がる事業を展開していく所存でございます。このような状況下ではございますが、出来ないことを数えるよりも出来ることを探し「できる幸せを増やす1年」となるよう、感染症対策を講じながら安全最優先での活動を推進して参ります。皆様におかれましても、引き続きご自身と大切な人を守るため予防対策の徹底をお願いいたします。

新体制でのスタートとなります北部地区公民館を今後とも宜しくお願い致します。

北部地区公民館 職員一同

新任のご挨拶



新館長 しまつみつお 島津光男

佐藤館長の後を受けて、4月から館長になりました島津です。皆様のご協力を頂きながら、皆さんにより愛され利用される公民館運営に努めて参ります。

事務局スタッフ共々どうぞよろしくお願い致します。

地区別人口集計表（令和3年2月末現在）

地区名	世帯数 (対前年増減数)	人口		
		計 (対前年増減数)	男 (対前年増減数)	女 (対前年増減数)
四ツ谷	502(4)	1372(13)	669(5)	703(8)
大石	63(△3)	143(△11)	71(△8)	72(△3)
旭町	411(△1)	1024(△25)	499(△9)	525(△16)
弁天	393(△9)	953(△31)	454(△20)	499(△11)
久保手	69(△1)	250(△11)	119(△7)	131(△4)
金瓶	294(2)	810(△4)	400(3)	410(△7)
朝日台	235(4)	650(1)	321(△3)	329(4)
合計	1967(△4)	5202(△68)	2533(△39)	2669(△29)

令和3年度 職員紹介

館長	島津光男
事務長	畠山優子
地域活動推進員	武田望美
	阿部智子
地域づくり推進員	小巖好弘



公民館の使用料等が変わります

— 令和3年4月1日から —

受益者負担の原則に基づき、公民館を利用する方と利用しない方及び公民館以外の施設利用者との負担の公平性を確保するため、使用料及び減免基準を見直します。

◎ 使用料が1時間単位になります

区 分	使用料(1時間につき) (円・税込)		
	室料等	冷暖房使用料	備え付け以外の電気器具使用料
集会室、講堂、多目的ホール	220円	440円	110円
調理室	170円	220円	
その他の室(各1室につき)	110円		
広 場	110円		

※ 使用時間に分単位の端数がある場合は、1時間に繰り上げます。

※ 入場料金を領収する場合は、上記使用料の3倍、営利を目的とする場合は5倍になります。

※ 市外者の使用については、上記使用料の2倍になります。

◎ 減免の対象者と減免の額が変わります

次の団体等が公益の目的で使用する場合は減免の対象となります。

減免の区分	減免の額	減免の区分	減免の額
1 市が主催又は共催する事業等	全額	8 ジュニアリーダーあすなろ又は上山ゆうがくくらぶ等の市教育委員会関係団体	全額
2 国又は他の公共団体等の公共事業	全額	9 障害者団体、母子寡婦団体等の福祉団体	全額
3 市内の保育施設、幼稚園、小学校、中学校又は高等学校等	全額	10 上山市文化団体協議会、上山市スポーツ協会、上山市レクリエーション協会又は紫苑庭運営委員会に加盟する団体	4分の3の額
4 市内の自治会組織、子ども育成会、PTA、老人クラブ連合会、地区公民館運営協議会等	全額	11 市内のスポーツ少年団	4分の3の額
5 国や地方公共団体が事務局となる団体等	全額	12 市内の非営利法人	4分の3の額
6 国や地方公共団体より委嘱を受けた者で組織する団体等	全額	13 公民館活動団体として市教育委員会に登録、認定された団体	2分の1の額
7 上山市社会福祉協議会、上山市文化団体協議会、上山市スポーツ協会、上山市レクリエーション協会又は紫苑庭運営委員会が主催又は共催する事業	全額	14 市長が公益上その他特別の理由があると認める場合	いずれかの額

※ 次の活動は、減免の要件を満たす団体を使用する場合であっても減免になりません。

- ・ 飲酒を伴う活動
- ・ 個別団体の活動等において、市外の来訪者等が過半数を超える活動
- ・ 講師等に依存した教室的な活動

公民館活動団体の登録方法

公民館活動団体に認定されると、公民館使用料の減免を受けることができます。

▼詳しくは下記までお問合せください

上山市教育委員会 生涯学習課 生涯学習係 672-1111(内線311)

公民館の予約方法等をご確認ください

— 令和3年4月使用分から —

公民館をより多くの方から利用していただけるよう予約方法を次のようにします。



◎ 予約の時期

- 1 仮予約 使用する月の2か月前(最初の平日)から受け付けます。
※例えば、7月に使用する場合は5月に仮予約ができます。
- 2 本申請 使用する月の1か月前から受け付けます。

**申請書と使用料を
一緒にお持ちください**
※お釣りのないようご準備ください

◎ 予約受付時間

平日 午前9時から正午 / 午後1時から午後5時

- ※ 公民館事業等の関係で職員が不在になる場合があります。
- ※ 業務等に支障を来す恐れがあるため、予約受付時間前の予約の電話や玄関に並ぶなどの行為は行わないようにしてください。

◎ 予約方法

予約するときは使用する公民館に来館いただくか電話で申し込んでください。

◎ 予約できる回数

- 1 仮予約 予約できる回数は、1団体等月4回または週1回までとします。
- 2 追加予約 使用する月の前月20日の時点で空きがある場合は、仮予約の回数を超えて追加予約することができます。

公民館の貸出しについて

- ◎ **期 間** 12月29日～1月3日までの休館日を除く日《土・日・祝日も利用可》
※ ただし、状況によって変更になる場合がございます
※ 夜間・土日祝日にご利用の場合は鍵をお渡ししますのでご来館ください
- ◎ **利用時間** 午前9時～午後10時
- ◎ **貸出場所** 講堂、和室、調理室、広場

※ 諸事情により貸出し条件等が変更になる場合があります



その他、ご不明な点は公民館までお問い合わせください

☎ 北部地区公民館 023-672-2545

☎ 北部地区公民館 023-672-2545

一般講座

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

転倒予防と正しい歩き方 ～転ばない体をつくるために～

日 時… 4月28日(水)
10:00～11:30頃
場 所… 北部地区公民館 講堂
講 師… みゆき会病院リハビリセンター長
多田利信 氏
内 容… 健康講話と軽い運動
参加費… 無料
定 員… 北部地区在住の方 20名程度
持ち物… ズック(内履き)
水分補給用の飲み物



一般講座



実践! 畑で学ぶ野菜づくり講座

日 時… 5月11日(火)
10:00～11:30頃
場 所… ヴェンテングルデン
(旧上山農業高校実習田跡地)

※雨天時は北部地区公民館公民館 講堂
講 師… 佐藤勘治 氏

内 容… **家庭でもできる
野菜づくりの実習**

期間(※)… 5～10月までを予定
(※詳細は随時公民館だよりにてお知らせいたします)

参加費… 無料
定 員 北部地区在住の方 10名程度
その他… 畑作業に適した手袋、服装
水分補給用の飲み物
熊手、草刈かま、移植シャベルを
お持ちの方はご持参ください



令和3年度 ゆうゆうライフ学級 学級生募集【申込み随時受付中】

- 対 象 北部地区にお住まいの60歳以上の希望者
- 内 容 健康講座・軽スポーツ・室内レクリエーション・奉仕活動など
- 年会費 500円(諸経費) ※学習内容により実費負担有り



開級式および第1回学習会

『足指健康教室 ※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※』



- ◎日 時 5月27日(木) 10:00～正午頃
- ◎場 所 北部地区公民館 講堂
- ◎講 師 フットヘルパー認定講師 大場マッキー広美 氏
- ◎持ち物 ズック(内履き)、水分補給用の飲み物

今後の予定《4～5月》

- 4/8(木) 地区会長会および指定管理者制度運営協議会準備委員会
- 4/20(火) 地区公民館職員合同会議
※午前中、職員不在となります
- 4/21(水) 北部地区公民館運営委員会①
- 4/28(水) 一般講座「健康講話」
- 5/7(金) 公民館だより第336号発行
- 5/11(火) 一般講座「野菜づくり講座」
- 5/12(水) 歌声サロン実行委員会①
- 5/13(木) 女性講座「春の寄せ植え」
- 5/27(木) ゆうゆうライフ学級「開級式・学習会①」

3/11(木) 出前スポーツ教室

『ストレッチヨーガ』開催しました

しなやかな体づくりには柔軟性が不可欠。体の表側と背側、左側と右側など、相対する筋肉をバランスよくストレッチすることが重要です。しかも柔軟性が高い人は、血管も柔らかく動脈硬化のリスクも低い。逆に柔軟性の低い人は血管も硬く血圧も上がりやすいと言われていたそうです。

日ごろからゆっくり首をまわす、背伸びをするなど軽いストレッチの習慣をつけましょう!



北部地区公民館 だより



第336号

令和3年5月7日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

《E-mail》

kamihoku@pluto.plala.or.jp

令和3年度 北部地区球技大会についてのお知らせ

4月21日(水)の第1回打合せにおいて協議した結果、6月13日(日)に予定していた令和3年度北部地区球技大会は、昨今の急激な新型コロナウイルスの感染再拡大の状況に鑑み、大変残念ですが下記の通り決定しましたのでお知らせいたします。

○ キックベースボール・・・中止

○ グラウンド・ゴルフ・・・秋に延期(※)

※なお、グラウンド・ゴルフの開催時期については、新型コロナウイルス感染症の状況を注視しながら関係各所と調整を図ってまいります。

【お知らせ】5月30日(日) 公民館大掃除(屋外)を実施します



新年度からも利用者の皆様が心地よく快適に使用できるよう大掃除を実施します。通知を差し上げている各地区・団体・サークルの皆様どうぞよろしくお願いいたします。

なお、雨天の場合は屋内の掃除を実施いたします。



5月の行事予定

- 5/11(火) 一般講座「野菜づくり講座」
- 5/12(水) 歌声サロン実行委員会①
- 5/13(木) 女性講座「季節の寄せ植え講座」
- 5/27(木) ゆうゆうライフ学級「開級式・学習会①」
- 5/30(日) 公民館大掃除(屋外)



6月の行事予定

- 6/4(金) 一般講座「クアオルト・ウォーキング」
- 6/7(月) 公民館だより第337号発行
- 6/7(月) 歴史探訪「湯殿山の歴史を学ぶ」
- 6/11(金) 地区公民館職員合同研修会(※午後職員不在)
- 6/16(水) 女性講座「キラキラ健康教室」
- 6/18(金) ゆうゆうライフ学級「学習会②」



令和3年度 北部地区公民館運営委員及び各事業実行委員（敬称略）

地 区	運営委員	歌声サロン	ほくぶ大運動祭	新春のつどい
四ツ谷	黒田正夫 岩瀬勝彦 大久保史人 佐藤節子	黒田正夫 青木クニ子	黒田正夫 里見孝 佐藤重幸 大久保史人	黒田正夫 梅津正子
大石	水沼常喜 大津辰雄 根本正久 村田ゆり子 渡部敏美	根本正久 渡部敏美	大津辰雄 根本正久 村田ゆり子 渡部敏美	大津辰雄 村田ゆり子
旭町	伊藤正純 野田典秀 加藤藤雄 菅原孝一 鈴木いづみ	野田典秀 田中ひろこ	菅原孝一 渡辺康彦 鈴木いづみ 佐藤朋史	加藤藤雄 石沢みどり
弁天	堀川博美 佐藤一郎 芦田文美 齋藤達見	加藤弘明 齋藤哲郎	堀川博美 奥山祥典 齋藤達見 芦田文美	佐藤一郎 榎本 淳
久保手	渡邊長五郎 渡辺勝義 井上隆市	渡辺勝義	渡邊良明	井上隆市
金瓶	長田康仁 内海孝規 渡部恭行 佐藤勘治	永田勝美	内海孝規 大沢義彦 佐藤秀明	長田康仁
朝日台	大野政敏 高橋昭次 園部公雄 櫻田泰仁	大野政敏 高橋昭次	大野政敏 高橋由希 江口幸也 園部公雄	大野政敏 江口幸也
有識者	竹田典克			

退任された方々には、これまでの公民館活動にご尽力いただき厚く御礼申し上げます。再任・新任の運営委員及び実行委員の皆様には、引き続きご協力賜りますようお願い申し上げます。

令和3年度 北部地区公民館事業計画

1 運営方針

- (1) 北部地区公民館は生涯学習の中心的な役割を担う重要な拠点として、多くの人が『つどう・まなぶ・つながる』公民館を目指します。
- (2) 地域住民に対し安心安全な環境づくりと多様性に富んだ活動を提供するとともに、地域の子育て世帯への支援体制の充実化を図ります。
- (3) 高齢者の自発的・主体的な活動を促すとともに、楽しく集う場を提供し、豊かな人生創りといきがづくりのサポートに努めます。

2 重点目標

- (1) 生涯学習の拠点として、地域住民のニーズにあった学級や講座の充実を図る。
- (2) 地域住民の健康づくりとともに、世代間 地域間の交流促進を図る。
- (3) 地域の歴史の再発見と文化活動の推進を図る。
- (4) 老朽化した施設や備品の計画的な整備に努める。
- (5) 公民館報の充実を図り、事業の紹介や報告・地域情報・学習情報の発信に努める。

3 事業計画

事業名	主な内容等	対象	場所	月
整備事業	公民館大掃除(年2回)	地区民 利用者	①主に屋外 ②主に屋内	5月30日(日) 12月5日(日)
運営事業	諸会議・各実行委員会の開催	代表者	公民館	随 時
スポーツ・レクリエーション 事業	球技大会 *キックベースボール(小中学生) *グラウンド・ゴルフ(高齢者)	地区民	公民館広場 多目的運動広場	※中止 ※延期
	ほくぶ大運動祭	地区民	公民館外	11月7日(日)
	ワナゲ交流大会	地区民	公民館外	2月2日(水)
	ボウリング大会	地区民	公民館外	2月11日(金祝)
:歴史・芸術・文化 事業	歴史探訪(2回開催)	地区民	市内外	6・11月
	歌声サロン	地区民	公民館外	7月11日(日)
	新春のつどい	地区民	公民館	1月9日(日)
※ゆうゆうライフ 事業	高齢者の生きがいづくりのため、年間を通じて学習会等を実施する。	高齢者	公民館等	随 時
女性講座	女性が生き生きと輝くためのスキルアップ教養講座等	女 性	公民館等	随 時
一般講座	健康講座、教養講座、屋外研修等	地区民	公民館等	随 時
※青少年育成事業	ワクワクキッズ・体験学習教室・親子教養講座・スポーツイベント等	親 子 子ども	公民館等	随 時
公民館報 隣組回覧発行	公民館報「北部地区公民館だより」「隣組回覧」を発行し、情報等を提供する。	全 戸	公民館	随 時

※令和3年度より名称を見直しました。



みゆき会病院リハビリセンター長の多田利信氏を講師にお招きし、転倒原因と対策のお話と歩き方のコツを教えてくださいました。ユーモアと身振り手振りを交えた解りやすい講話に、参加者の皆さんも笑ったり感心したりと充実した時間を過ごされたようです。歩き方のコツは、モデルになった気持ちで胸を張って堂々と大きく腕を振るとのことでした。帰り道は実践している参加者の皆さんで、北部にモデルさんがたくさんいらっしやったのではないのでしょうか。(o^-^o)
令和3年度最初の講座も無事に開催する事ができました。今年度も多数のご参加お待ちしております。



以下、参加者募集 ☎ 北部地区公民館 023-672-2545

※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

女性講座

夏もお庭を鮮やかに!!

季節の寄せ植え & ミニ菜園講座《初夏編》



日時…5月13日(木) 10:00～正午頃

場所…北部地区公民館 講堂

内容…玄関先や庭のアクセントにお花の寄せ植えと、ミニ菜園を作り楽しみましょう。



参加費…2,000円

※以前の講座で使用したプランターをご持参の方は1,500円

対象…北部地区在住の女性の方15名程度

持ち物…エプロン・ズック(内履き)

筆記用具・水分補給用の飲み物

一般講座

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

クアオルト・ウォーキング

日時…6月4日(金)

9:00～13:00頃

集合場所…北部地区公民館 駐車場

コース…クアの道・山元コース

参加費…300円(お弁当代)

※お弁当を受け取り、解散となります。

定員…北部地区在住の方9名程度

その他…当日の天候と山歩きに適した

服装及び装備と

水分補給用の

飲み物



歴史探訪



湯殿山の歴史を学ぶ



日時…6月7日(月)9:00～16:15頃

集合場所…北部地区公民館 駐車場

見学場所…湯殿山総本寺瀧水寺大日坊・湯殿山神社

参加費…3,000円(参拝・拝観料、昼食代等)

定員…北部地区在住の方17名

持ち物…足拭き用のタオル、水分補給用の飲み物

■参加上の注意点

行程には裸足になる場所や階段の上り下りが含まれますので体力に自信のない方はご遠慮ください。

■申込受付…5月17日(月)

午前9時より開始します

※1回の申込みで2名まで受付いたします(2名分のご住所と氏名、電話番号が必要です。)

女性講座

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

キラ☆キラ健康教室

日時…6月16日(水)

10:00～正午頃

場所…北部地区公民館 講堂

対象…北部地区在住の女性の方15名程度

内容…《1部》しゃきっと健康運動教室

《2部》ヤクルト健康教室

参加費…無料

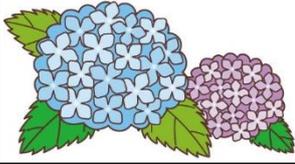
持ち物…汗拭き用タオル・ズック(内履き)

ヨガマット(バスタオルでも可)

※運動を伴いますので動きやすい服装でご参加ください。



北部地区公民館 だより



第337号

令和3年6月7日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

《E-mail》

kamihoku@pluto.plala.or.jp

歌声サロンは秋に延期

7月に開催を予定していた標記事業は、5月12日の第1回実行委員会において協議した結果、新型コロナウイルス感染症再拡大の状況に鑑み、**延期**することで決定しましたのでお知らせいたします。開催時期や内容については状況を注視しながら関係各所と調整を図り、公民館だより等でお知らせいたします。秋までに、更に皆様に喜んでいただけるような企画にいたしますので、楽しみにお待ちください。

【参加者募集】 ☎ 北部地区公民館 023-672-2545

女性講座

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

好評につきまもなく定員です...が!!
まだ間に合います!!!

キラ☆キラ健康教室

日時...6月16日(水)

10:00~正午頃

場所...北部地区公民館 講堂

対象...北部地区在住の女性 15名程度

内容...《1部》しゃきつと健康運動教室
《2部》ヤクルト健康教室

参加費...無料

持ち物...汗拭き用タオル

ズック(内履き) / ヨガマット

※運動を伴いますので

動きやすい服装で

ご参加ください。



真っ白な器が簡単に

あなただけの作品になります

ポーセラーツ教室

日時...7月15日(木)

10:00~正午頃

場所...北部地区公民館 講堂

対象...北部地区在住の女性の方15名程度

☆定員になり次第受付終了

講師...ポーセラーツ講師 黒坂 志津子 氏

内容...真っ白な陶器にお好きな模様の転写シールを
ペタペタと貼りつけ、手軽にオリジナルの食器
や日用品を作ります。

参加費...1,000円(材料費)

※2個目はプラス500円~

持ち物...はさみ・ハンドタオル



*写真はイメージです

※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

【事業報告】

5月11日(火) 一般講座 野菜づくり講座

弁天地区にある市民農園ヴェンテングルデンにて野菜づくり講座がスタートしました。この講座では実践を通して、ご自宅でも野菜づくりを楽しむための知識を身につけることが目標です。今後、10月末まで畑の管理をしながら、いろいろな作物の栽培に挑戦していく予定です。

この日はサツマイモの他、5種類ほどの野菜の植付け・種まきを行いました。



5月27日(木) ゆうゆうライフ学級 開級式及び第1回学習会

令和3年度は4名の新規入会の方を迎え、学級長は佐藤勘治さん(金瓶)に副学級長は大山清子さん(弁天)に決定し、元気に活動がスタートしました。

第1回学習会「足指健康教室」では、講師の軽快なトークに笑い声が溢れる中、日頃から自身の足の状態をよく観察し、毎日適切なケアを行うことの大切さを楽しみ学びました。



6月の行事予定

- 6/2(水) 一般講座「野菜づくり講座」
- 6/4(金) 一般講座「クアオルト・ウォーキング」
- 6/7(月) 公民館だより第337号発行
- 6/7(月) 歴史探訪「湯殿山の歴史を学ぶ」
- 6/16(水) 女性講座「キラキラ健康教室」
- 6/16(水) 一般講座「野菜づくり講座(畑の管理の日)」
- 6/18(金) ゆうゆうライフ学級「学習会②」
- 6/30(水) 一般講座「野菜づくり講座(畑の管理の日)」
- 7/1(木) 北部地区公民館だより第338号発行

5月13日(木) 女性講座 季節の寄せ植え&ミニ菜園講座《初夏編》

女性講座では恒例となりました「寄せ植え講座」は初夏の草花とコンパニオンプランツを用いたトマトの植栽を楽しみました。ほとんどの方が2~3回目の参加者で顔馴染みが沢山いらっしゃるということもあり、ソーシャルディスタンスを踏まえながらも和気あいあい楽しく植物と触れ合いました。

美しく咲いた花を愛で、美味しく実った野菜を召し上がり、コロナ禍で疲れた心と身体を癒してくださいね。《秋編》もお待ちしてま〜す。



5月30日(日) 公民館大掃除(屋外)

今回は建物・広場・駐車場周辺的环境整備と草刈及び除草作業を行いました。おかげさまでスッキリきれいになった広場からは毎日元気に遊ぶ子どもたちの声が響いております。早朝よりご協力頂きました各地区役員及び公民館利用団体代表の皆様、そして数日前から草刈り作業を進めて頂いた弁天地区万作の会様どうもありがとうございました。



2021年の夏至はいつ?

6/21(月)です。夏至は一年でもっとも日が長く、夜が短くなる頃をさし、この頃を境にして夏の盛りに向かいます。夏至初日から数えて11日目は「半夏生(はんげしょう)」と呼ばれ、季節の移り変わりの目安となる雑節(ざっせつ)の一つ。「田植えは夏至の後、半夏生に入る前に終わらせるもの」と農作業の大事な目安にされていました。



北部地区公民館 だより

第338号

令和3年7月1日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

《E-mail》

kamihoku@pluto.plala.or.jp

夏休み子ども事業

今年も

やります!!!

みんな

おいでよ!!

ワクワク☆キッズ

夏休み中の子ども達に体験や学習の場を提供し、新しい発見や仲間づくりにつながるきっかけを作る事業です

- ◆ 対象 北部地区在住の小学生・中学生
- ◆ 集合解散場所 北部地区公民館
- ◆ 内容 別枠の通り※各回定員有り
- ◆ 参加条件 必ず登録説明会にご参加ください（下記参照）

今年は中学生も参加できます(^▽^)/

ワクワクの① 山形市少年自然の家

日時… 8月4日（水）9:00~16:15頃

定員… 先着26名

内容… アスレチックや、ものづくり体験などをします。

ワクワクの② クアオルトウォーキング(坊平)&蔵王猿倉

日時… 8月11日（水）9:00~16:15頃

定員… 先着26名

内容… 坊平高原でクアオルトウォーキング、蔵王猿倉では魚のつかみ取りやビーチバレー、ソリアそびなどをします。

登録説明会について

日時 7月29日（木） 18:30~19:30

場所 北部地区公民館 講堂

内容 事業内容の説明と緊急連絡先の登録

【※参加するお子様と保護者の方一緒にご参加ください】

参加費 おひとり200円（当日のお持ち帰り用軽食代）

申込方法 お電話で受付いたします。その際、参加するお子様と保護者の方の氏名・地区名・電話番号・参加希望日をお聞きします。

締切 7月26日（水）まで ※ご不明な点はお問い合わせください

☎ 北部地区公民館 023-672-2545

※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

【事業報告】

6月4日(金) 一般講座 クアオルト・ウォーキング「クアの道 山元」



一年越しの願いがようやく叶い、山元地区を訪ねました。「車で通り過ぎることはあったけど歩いたのは初めて」と話しながらコースの入口までたどり着き、まずは記念撮影(左写真)。雨露に青々と艶めく緑に囲まれた美しい風景のなかを歩き、脈々と語り継がれた歴史の断片に触れ、上山の魅力を確認する大変有意義な時間となりました。



「クアの道 山元」のご紹介

全長 2.9km のコース。「山形スイス村」という名前がつくほど、ヨーロッパの景色を思わせる風景が広がる山元。コースの途中には縄文遺跡など、歴史ある名所がいくつか存在します。山元地区公民館には縄文土器の一部が展示されており立ち寄って見学してみるのもおすすめです。

※交通量が多い場所を横断する箇所があります。歩く際はお気を付けください。



6月7日(月) 歴史探訪「湯殿山の歴史を学ぶ」



今回は「湯殿山総本寺 瀧水寺大日坊」と「湯殿山本宮」を訪ねました。

瀧水寺大日坊では、これまで同施設が辿ってきた歴史の説明を受け、さらには身近な冠婚葬祭のマナーに至るまで幅広いお話をいただき、とても収穫の多い研修となりました。

その後、湯殿山本宮へ移動。湯殿山を含む出羽三山は、古来より「羽黒山は現在」「月山は過去」「湯殿山は未来」を祈る山とされ、この三山を巡る旅は「生まれかわりの旅」として全国各地からの参拝者で大変賑わったといえます。現在は交通手段が劇的に変化し、容易に足を運べる時代となりました。一同、切に全国各地・世界中のコロナの早期終息を願い参拝してきました。

【事業報告】

6月16日(水) 女性講座 キラキラ健康教室

講座の前半は運動。音楽とお手本に合わせて気持ち良く体を動かしました。音楽を取り入れた運動は、リズムやテンポを脳で理解し、自分の身体を音楽に合わせて動かし、さらに身体の動きが音楽と合っているかを判断しながら行うので、複雑な脳の働きを必要とします。つまり、楽しく運動できるうえに認知症予防にも効果がある！一石二鳥とはこのことですね！後半は座学。梅雨に入った今の時期、とくに気を付けたい「家庭でできる食中毒予防」について学習しました。



6月18日(金) ゆうゆうライフ学級 第2回学習会



脳トレにはいろいろなものがありますが、効果的に活用するには周りの人とコミュニケーションを取りながら「楽しむ」ことがとても大切だといわれています。この日も、互いにルールを教え合うなど積極的に参加する姿が多く見受けられました。



6月2日(水)・6月16日(水) 一般講座 野菜づくり講座



↑トマトの支柱を設置しました



↓水かけ・除草作業

←かぶとブロッコリーにネットをかけました



ブロッコリーの葉に青虫発見！



↑トウモロコシの苗を移植



←追肥作業



↑肥料について勉強中



野菜づくりは、天候や害虫、動物による被害など予定外のことがたくさん出てきます。その都度適切な対応策を学び、成長する過程をじっくり観察してまいります。

【参加者募集】 ☎ 北部地区公民館 023-672-2545

女性講座

真っ白な陶器が簡単に
あなただけの作品になります

ポーセラーツ教室



日 時… 7月15日(木) 10:00~正午頃

場 所… 北部地区公民館 講堂

対 象… 北部地区在住の女性の方15名程度 ☆定員になり次第受付終了

講 師… ポーセラーツ講師 黒坂 志津子 氏

内 容… 真っ白な陶器にお好きな模様の転写シールをペタペタと貼りつけ
手軽にオリジナルの食器や日用品を作ります

参加費… 700円(材料費) ※2個目はプラス500円~

持ち物… はさみ・ハンドタオル

写真はイメージです →



一般講座

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

クアオルトウォーキング

日 時… 8月11日(水) 9:00~13:45頃

集合場所… 北部地区公民館 駐車場

コース… 蔵王高原坊平コース(雨天決行)

参加費… 500円(ライザレストランでクアオルト膳の昼食)

定 員… 北部地区在住の方先着15名

申込締切… 7月30日(金)まで

その他… 各自、当日の天候と山歩きに適した服装及び装備と水分補給用の
飲み物をご準備ください。

※夏休み子ども事業との交流事業となります



※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

★ 7月の行事予定 ★

7/ 1(木)…歌声サロン実行委員会②

7/ 6(火)…地区会長会及び指定管理者制度運営協議会準備委員会

7/ 7(水)…ゆうゆうライフ学級「学習会③」

7/14(水)…一般講座「野菜作り講座」

7/15(木)…女性講座「ポーセラーツ教室」

7/15(木)…公民館運営委員会②

7/29(木)…ワクワク☆キッズ登録説明会

7/30(金)…公民館だより第339号発行

7/30(金)…一般講座「野菜づくり講座

(畑の管理の日)」

★ 8月の行事予定 ★

8/ 4(水)…ワクワク☆キッズ①

8/11(水)…ワクワク☆キッズ②・

一般講座合同企画

8/19(木)…女性講座

「レジンサンキャッチャー作り」



北部地区公民館



だより



第339号

令和3年7月30日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

《E-mail》

kamihoku@pluto.plala.or.jp



開催告知



7月に開催した「第2回歌声サロン実行委員会」及び「第2回運営委員会」にて協議した結果、下記事業の開催が決定しました。申込み・詳細については次回の北部地区公民館だより第340号及び隣組回覧でお知らせします。皆様どうぞお楽しみに！

引き続き、新型コロナウイルス感染防止対策の徹底に皆様のご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

10/2(土)

歌声サロン代替事業

警察音楽隊ふれあいコンサート

10/22(金)

スポーツ・レクリエーション事業

ほくぶグラウンド・ゴルフ交流大会

【参加者募集】女性講座

レジンサンキャッチャー作り

日時…8月19日(木) 10:00~正午頃

場所…北部地区公民館 講堂

対象…北部地区在住の女性の方10名

内容…幸せを呼ぶインテリア「サンキャッチャー」を一緒に作りませんか？風水的にも運気がアップ！スペースに関係なく手軽に飾れます。

参加費…1,000円(2本制作します)

持ち物…水分補給用の飲み物



※画像はイメージです

【参加者募集】一般講座

みんなで学ぶ防災講座



日時…9月9日(木) 救急の日

9:30出発~12:00到着(バス予定)

集合場所…北部地区公民館 駐車場

対象…北部地区在住の方19名

☆定員になり次第受付終了

内容…山形市市民防災センターにて「地震・消火・煙・応急手当」等の体験をします。

参加費…無料

その他…動きやすい服装、水分補給用の飲み物

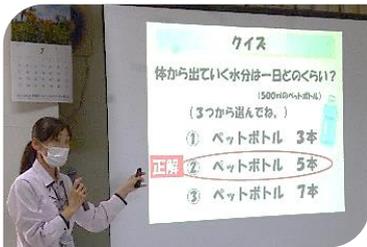


※ 状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

☎ 北部地区公民館 023-672-2545

【事業報告】

7月7日 ゆうゆうライフ学級 第3回学習会



今回は「腸(超)元気！正しく知ろうフレイルとその予防について」と題し、フレイル予防で重要な「社会参加・運動・食事」のポイントを学習しました。また、ジメジメした梅雨の時期は体調管理がとても大切です。人の体から1日に出ていく水分量はおよそ500mlのペットボトル5本分と聞き驚きの声が上がりました。一気にぐくぐくと大量の水分を取らず、一口程度の水分をこまめにちょこちょこ取るよう心がけると良いそうです。その後、セタビンゴゲームをして解散となりました。



6月30日・7月14日 一般講座 野菜づくり講座

5月の連休明けからスタートした野菜づくり講座も3カ月が経ちました。最初に植付けをした野菜たちも徐々に収穫期を迎え、次の植付けの為に畑をきれいにならす作業が始まりました。



7月15日 女性講座 ポーセラーツ教室



真っ白なお皿やカップに、思い思いのシールを貼りつけ、オリジナルの食器や日用品を作り上げるポーセラーツ教室。昨年に引き続き二回目の開催となりましたが、今年も個性あふれる素敵な作品が出来上がりました。

外は暑い夏ですが、涼しげな食器で家族団欒の食卓を彩ってください。

8月の行事予定

- 8/3(火) 一般講座「野菜づくり講座」
 - 8/4(水) ワクワク☆キッズ①「山形市少年自然の家」
 - 8/11(水) 一般講座・ワクワク☆キッズ②合同「クアオルト・ウォーキング(坊平)」ほか
 - 8/19(木) 女性講座「レジンサンキャッチャー作り」
- ※下線の日は、公民館職員不在となります。

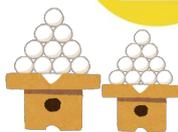
9月の行事予定

- 9/1(水) 北部地区公民館だより第340号発行
- 9/2(木) ゆうゆうライフ学級 第4回学習会
- 9/9(木) 一般講座「みんなで学ぶ防災講座」
- 9/15(水) ほくぶ大運動祭実行委員会①
- 9/27(月) 歴史探訪(米沢方面を予定)



北部地区公民館

だより



第340号

令和3年9月1日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

《E-mail》

kamihoku@pluto.plala.or.jp

隣組回覧にて 参加申込み受付開始!!

CHECK!!



※詳細は隣組回覧でご確認ください。



警察音楽隊 10/2(土)



ほくぶふれあい コンサート

10/22(金)

グラウンド・ゴルフ 北部地区交流大会



※ 状況により中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。



《重要》お知らせ

9月以降、北部地区公民館の改修工事が始まります。
それに伴い、公民館のご利用にあたり、ご不便をおかけ
することが出てまいります。
何卒ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



【事業報告】

8月3日(火) 一般講座 野菜づくり講座

「手間ひまをかけただけ野菜は美味しくなります」そうおっしゃる勘治先生のご指導のもと、春の野菜の植付けから収穫までが終了しました。9月からは秋の野菜に入ります。

季節は

夏

から



秋



8月19日(木) 女性講座 「レジンサンキャッチャー」

窓辺につるして室内に太陽の光を取り入れる「サンキャッチャー」。小さな虹を生み出すことからレインボーマーカーとも呼ばれまた、風水では光の「陽」の運気を取り入れることにより、幸せを運ぶお守りやインテリアとして親しまれています。色とりどりのガラスストーンでスタンドグラス風に仕上げたものと、クリスタルボールのもの2点を作りました。作業中は、キラキラのビーズを、悩みながらもとても楽しそうに選ぶ姿が印象的でした。出来上がった作品をお部屋に飾り、美しい光あふれるステキなおうち時間をお楽しみください♪



【事業報告】

8月4・11日(水) 夏休み子ども事業 ワクワク☆キッズ



8月4日(水)
山形市少年自然の家

真夏の太陽にも負けない元気な北部のワクワクキッズの活動が、今年は山形市少年自然の家でスタートしました。午前中は追跡ハイキングで生き物探しや草花のスケッチをしつつ、看板に書かれた矢印を追跡しながら森を散策しました。フィールドアスレチックでは、様々な遊具を使い思いっきり走り回り汗もたっぷり流しました。午後からはガーゼのハンカチにビー玉を入れて、草花で染色した絞り染めを作り、もう一枚にはオリンピックのモチーフや好きなイラストを思い思いに描きました。みんな素敵なオリジナルハンカチが作れましたね\(^o^)/



8月11日(水)
蔵王高原坊平／蔵王猿倉スキー場

前日までの雨が嘘のような晴天の下、蔵王高原坊平で蔵王テラポイント協会のガイドさんのご指導でクアオルトウォーキングを行いました。今回は一般講座と合同開催です。子どもたちは、仲間のと協力し合いながら大自然を満喫し、全員無事に歩き切りました。

午後からは、猿倉スキー場での山あそびです！魚釣りや初めてのつかみ取り、ビーチバレーや、そり遊びなどおもいっきり汗を流しました。ステキな夏の思い出が出来ましたね (^ ^)



【参加者募集】 北部地区公民館 023-672-2545

(受付 午前9:00~12:00 午後13:00~17:00)

歴史探訪

初心者向け

米沢藩主 上杉家史跡めぐり

- 日時 9月27日(月) 9:30~16:45頃
集合場所 北部地区公民館 駐車場
内容 上杉家御廟所及び上杉神社周辺の上杉家関連史跡めぐり
(現地ガイドの説明有り)
参加費 3,000円(拝観料・入館料・昼食代)
対象 **上杉家の歴史について学ぶ意欲のある方**
徒歩での史跡めぐりが可能な方(3時間位)
定員 北部地区在住の方 先着13名
持ち物 水分補給用の飲み物、筆記用具、雨具等
申込み 9月6日(月)午前9時より開始
※1回の申込みで2名まで受付可
(2名分のご住所・氏名・電話番号が必要です。)

※ 状況により中止又は内容を変更する場合がありますので
予めご了承ください。

9月の行事予定

- 9/1(水) 北部地区公民館だより第340号発行
9/2(木) ゆうゆうライフ学級第4回学習会
9/9(木) 一般講座「みんなで学ぶ防災講座」
9/15(水) ほくぶ大運動祭実行委員会①
9/27(月) 歴史探訪(米沢方面)

※状況により開催できない場合もあります

ので、ご了承ください

2021年の中秋の名月は満月!

9/21(火)です。

別名 芋名月

お月見といえば月見団子。
満月に模したといわれていますが、
昔は掘りたての里芋を
水炊きしてお供え
したそうです。

五穀豊穡の祈りと
感謝を込めて

みんなで
お月見を
楽しみましょう。



北部地区公民館 だより

第341号

令和3年10月1日発行
上山市北部地区公民館
上山市弁天一丁目6番8号
TEL/FAX 672-2545
《E-mail》
kamihoku@pluto.plala.or.jp

開催します!!

10/ 2(土)

警察音楽隊 ほくぶふれあいコンサート

10/22(金)

グラウンド・ゴルフ 北部交流大会

ほくぶ大運動祭中止のお知らせ

9月15日(水)実行委員会を開催いたしました。コロナ禍での開催に向けて様々な開催手法を検討しておりましたが、変異株による感染拡大が続く新型コロナウイルスの影響から、中止することと決定いたしました。参加者や運営に携わるスタッフの安全と地域住民へ与える影響を総合的に判断したものです。残念ながら2年続けての中止となってしまいました。

今年こそは…と、楽しみにしてくださった多くの方々にお詫び致しますとともに、これまでご協力いただきました実行委員の皆様にご心より感謝申し上げます。

参加者募

一般講座 一日研修

※かみのやま健康ポイント対象事業(20P付与)※

彩りの森を歩く 蔵王ドッコ沼紅葉トレッキング

◇日時…10月13日(水) 午後0時30分～午後4時45分頃

◇集場所…北部地区公民館 駐車場

◇内容…斎藤茂吉の歌碑を訪ねながらドッコ沼周辺のトレッキングを楽しみます。

◇参加費…1,500円(※中央ロープウェイ・中央第1リフトの往復乗車券代込)

◇定員…北部地区在住の方 先着10名 ◇持ち物…飲み物・筆記用具・雨カップ・帽子

◇その他…山歩きに適した靴・服装でご参加ください。(※雨天決行)

※急な山道を歩きますので、体力に自信の無い方の参加はご遠慮ください。

女性講座

秋のお庭に彩りを!! 季節の寄せ植え<<秋編>>

◇日時…10月28日(木) 午前10時00分～正午頃

◇場所…北部地区公民館 講堂

◇内容…秋の花苗を使って寄せ植えを作ります。材料・道具など必要なものはすべてご用意します。初心者の方もお気軽においでください。

◇参加費…2,000円 ◇定員…北部地区在住の女性の方15名程度

◇持ち物…エプロン・ズック(内履き)・筆記用具・水分補給用の飲み物

※状況により中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

【事業報告】

9月2日 ゆうゆうライフ学級 第4回学習会



山形けん玉友の会の平山先生と原田先生のご指導のもと「けん玉健康教室」を開催しました。今回は難しい技だけではなくけん玉を使ったユニークな技を教えてくださいました。これらの技は“集中力”を鍛えるために考案されたものだそうです。



9月9日 一般講座 みんなで学ぶ防災講座

公民館利用団体及び北部7地区の代表者と山形市民防災センターへ行き、地震・消火・煙・コロナ渦での心肺蘇生法・AED・119番通報等の体験・確認をしてきました。

もしもの時の為に、防災グッズや備蓄用品を備えている方は多いかと思いますが、意外と見落としがちなのが、いつも自分が使用している他人と共有できないパーソナルなもの。薬やメガネ・コンタクト・入れ歯等は予備の有無を含め、もう一度確認してみましょう。



9月10日 一般講座 野菜づくり講座



畑を吹き抜ける風もひんやりと気持ちの良い季節になりました。さて後半戦の秋の野菜づくり講座がスタートです。カブや大根は根こぶ病対策を施して種蒔き。その他ほうれん草・白菜・夏に植付けしたサツマイモ等について、各作物の手入れから畑の管理・収穫まで、実践を通してしっかり学んで行きたいと思います。



【重要】

公民館のご利用について

現在、公民館改修工事が進行中です。それに伴い、公民館ご利用の皆様や近隣にお住いの皆様には、騒音、工事車両の出入り等でご不便をおかけしております。

また、建物外周を中心にバリケードが設置され駐車場が非常に狭くなっております。可能な範囲で、車以外でのご来館にご協力をお願いします。



10月の行事予定

- 2(土) 警察音楽隊ほくぶふれあいコンサート
- 13(水) 一般講座「蔵王ドッコ沼紅葉トレッキング」
- 14(木) 指定管理者制度運営協議会準備委員会
- 15(金) 一般講座「野菜づくり講座」
- 18(月) ゆうゆうライフ学級 第5回学習会
- 22(金) グラウンド・ゴルフ北部地区交流大会
- 28(木) 女性講座「季節の寄せ植え(秋編)」

次回の公民館だより第342号は

11月1日(月)発行予定です。

10月18日(木)は十三夜 じゅうさんや

十三夜は“後の月(のちのつき)”ともよばれ十五夜の次に月がきれいに見える日といわれています。

諸説ありますが、旧暦8月15日の「中秋の名月(今年は9/21でした。上山市からはとても美しい月を眺めることができましたね!)」を眺める風習(十五夜)は中国から伝わったもので、日本では台風の時期に重なることが多いため、秋晴れとなることが多い旧暦9月に2回目のお月見を設定したものとされています。

秋の収穫物をお供えし、美しい月を眺めるお祭として根付いたのではないかとされています。

とくに枝豆や大豆、栗の収穫を祝うことから、別名「豆名月(まめめいげつ)」「栗名月(くりめいげつ)」ともいわれています。



北部地区公民館 だより

第342号

令和3年11月1日発行
 上山市北部地区公民館
 上山市弁天一丁目6番8号
 TEL/FAX 672-2545
 <<E-mail>>

kamihoku@pluto.plala.or.jp

10月2日 警察音楽隊 ほくぶふれあいコンサート



山形県警察音楽隊の演奏で「ほくぶふれあいコンサート」が三友エンジニア体育文化センター エコーホールで開催され、当日は山本副市長にも御来席頂きました。演目は、行進曲や馴染みのあるアニメのテーマ曲などで力強く、かつ繊細な演奏で会場を沸かせ、更に、カラーガード隊の素晴らしい演技と眩しい笑顔で、大勢の観衆の心を魅了しました。また、上山警察署員の方のユーモアを交えた楽しく、ためになる防犯・交通安全講話もあり、還付金詐欺対策やアポ電対策のほか、反射材の着用や早目のライト点灯など、呼び掛けていただきました。地域の安全な暮らしを守る心構えを学び、生演奏の感動に満たされた芸術の秋の素敵なひと時となりました。



10月22日 グラウンド・ゴルフ北部地区交流大会



【地区対抗戦】

優勝 四ツ谷地区

第2位 弁天地区

第3位 旭町地区

敢闘賞 金瓶地区・大石/朝日台地区

【個人戦】

優勝 鈴木 清治

第4位 佐竹 雄吉

第2位 森谷 眞範

第5位 須田 秀子

第3位 鈴木 忠雄

第6位 小嶋 好弘



【事業報告・他】

9月24日(金) 広場の草刈り

ありがとう
ございます



弁天地区万作の会の皆さんが草刈作業をしてくださいました。
今回は、駐車場周辺の除草や側溝の泥さらい等、隅々まで本当にきれいになりました。ありがとうございました。定期的な環境整備のおかげで、毎日遊びに来る子どもたちも安心して利用することができています。心より感謝申し上げます。皆さん広場をきれいに使いましょう。



9月27日(月) 歴史探訪『米沢藩主 上杉家史跡めぐり』

今回は、『初心者向け』の内容で開催しました。まず訪ねたのは『上杉家廟所うえずぎげしょうしょ』。ここは上杉家の家祖である謙信公の御遺骸がある墓所です。藩政時代の景観とは多少異なるものの、現在も杉木立の中に歴代藩主の廟が整然と立ち並んでいます。各廟の屋根の造りや並びの意味、石灯籠だった形跡を残す石畳の説明等を聞きながら、綿々と続く歴史の流れを肌で感じることができました。午後は松が岬公園内に場所を移し、上杉神社、稽照殿、上杉博物館を見学しました。中でも、藩主の心得『伝国之辞』や『なせば成る…』の言葉を残した第9代藩主上杉治憲はるのり(鷹山)は、生涯を藩の改革と人々のために尽したとして、今もなお我々現代人のお手本であり、何事にも地道に真摯に取り組む姿勢は国内外問わず愛され尊敬されていることを学ぶことができました。

◆ 上杉家廟所 案内：後藤 ^{まさし} 仁 氏



◆ 松が岬公園内 案内：佐藤 ^{とよみ} 豊臣 氏



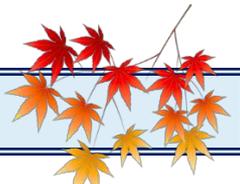
9月28日(火)・10月15日(金) 一般講座 野菜づくり講座

白菜、大根、カブ、春菊、長ネギにサツマイモ。秋の畑も賑やかになってきました。11月には根こぶ病対策を施した後、初の根菜類の収穫となります。効果と違いを見るのが楽しみです。



【事業報告・他】

10月13日(水) 一般講座 蔵王ドッコ沼 紅葉トレッキング



晩秋の蔵王満喫

スタートは思いがけずの悪天候。皆さん覚悟を決めて、万全装備！最初から最後まで、ほぼ貸し切りでした。ロープウェイを降りると、時折、雲の切れ間から顔をのぞかせる秋の青空。まずは両手をいっぱい広げ、大きく深呼吸。本日「一粒万倍日」開運・愛・健康の鐘を思いきり鳴らし、碑や名所をめぐりパワーチャージ！賑やかにドッコ沼周辺のトレッキングを楽しみ、今年最後の秋の蔵王を大満喫しました。



10月18日(月) ゆうゆうライフ学級・弁天地区万作の会合同
第5回学習会 グラウンド・ゴルフ



おめでとうございます

- 優勝 鈴木よね子 (金瓶)
- 第2位 木村 信夫 (弁天)
- 第3位 川口 尚也 (弁天)
- 第4位 小嶋 好弘 (四ツ谷)
- 第5位 鈴木 清治 (弁天)
- ホールインワン賞 14名

グラウンド・ゴルフって おもしろいねえ!!

秋晴れの空の下、防寒対策をして集まった皆さんも「あつづく(暑く)なってきたはあ〜」と1枚また1枚と上着を脱ぎ元気はつらつ！グラウンド・ゴルフの楽しさに心奪われた初心者の参加も増え、教え愛♡学び愛の精神で和気愛♡愛とプレーすることができました。

会場の多目的運動広場の草刈作業していただいた皆様に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



10月14日(木) 指定管理者制度運営協議会準備委員会開催しました

指定管理者制度導入に向けた段取りの確認とその内容についての協議及び、現在進行中の公民館改修工事の進捗状況等の報告を行いました。

参加者募

女性講座

クリスマスにはお花を飾りましょうクリスマスアレンジ講座

◇日時…11月25日(木) 午前10時00分～正午頃

◇場所…北部地区公民館 講堂

◇内容…アートフラワーで作るクリスマスアレンジで
お部屋を華やかに飾りましょう

◇参加費…2,000円 ◇定員…北部地区在住の女性の方15名程度

◇持ち物…エプロン・ズック(内履き)・筆記用具・水分補給用の飲み物



⑨画像はイメージです

一般講座共催

出前スポーツ教室

※詳細は11月1日に全戸配布になったチラシをご覧ください※



◆太極拳…令和3年11月22日(金) 午前10時～午前11時

持ち物…マスク着用・飲み物

◆スローエアロ…令和4年2月24日(木) 午前10時～午前11時

持ち物…マスク着用・飲み物・ヨガマットもしくはバスタオル

◆足腰元気体操…令和4年3月3日(木) 午前10時～午前11時

公民館のご利用について

公民館改修工事のため 12月・1月の 貸館業務はお休みとなります

※なお、工事の進捗状況によっては、
変更となる場合もございますので
ご了承ください。



11月の行事予定

1日(月)	北部地区公民館だより第342号発行
11日(木)	公民館運営委員会
18日(木)	一般講座「野菜づくり講座」
22日(月)	一般講座・出前スポーツ教室
24日(水)	ゆうゆうライフ学級 第6回学習会
25日(木)	女性講座「クリスマスアレンジ講座」

11月23日は「勤労感謝の日」由来は秋の収穫祭

◆ 豆知識 ◆

実は、11月23日は最初から勤労感謝の日だったわけではなく、もともとは「新嘗祭(にいなめさい)」というその年に収穫された新米や新酒を天地の神様に捧げ、天皇と国民が一体となって、天地自然の神々に感謝し、収穫を喜び合う国民的なお祭りの日とされていたのです。現在では様々な労働・勤労に対して感謝する日となっており、感謝する対象が様々なものに及んだと考えれば、そんなに悪いものでもないような気がします。今年の勤労感謝の日は、身近にいる方に加え、秋の収穫という大きなイベントが終わり、一段落した農家の方たちにも、労いの感謝の気持ちを伝えてみるのも良いかもしれませんね(^_^)



北部地区公民館 だより



第343号

令和3年12月1日発行
上山市北部地区公民館
上山市弁天一丁目6番8号
TEL/FAX 672-2545
《E-mail》
kamihoku@pluto.plala.or.jp

11月25日(木)新春のつどい実行委員会が開催され、下記の通り決定されました。
新型コロナウイルス感染症防止対策を徹底し、開催いたします。
皆様のご理解ご協力、そしてたくさんのご参加を
実行委員一同、心よりお待ちしております。

上山市北部地区公民館主催事業 新春のつどい
ソプラノ歌手 松倉とし子コンサート

バリトン歌手
松倉 望氏



新しい春に寄せて

しあわせの ハーモニー



松倉とし子氏 プロフィール

山形出身のソプラノ歌手。
オペラ「フィガロの結婚」(スザンナ役)でデビュー後、数々のオペラの主役を演じる。故郷山形ではディナーショーやスイートコンサート、歌声茶論など多種多様なステージを重ねている。「第29回日本童謡賞特別賞」「NHK 東北ふるさと賞」「山形県芸術文化協会賞」「山形市政文化功労賞」など受賞多数。

開演セレモニー
「奇習 加勢鳥」
演舞



令和4年

1 / 9 (日)

- ◇ 受付 9:20~
- ◇ 式典・開演セレモニー 9:50~
- ◇ 新春コンサート 10:30~
- ◇ 閉会セレモニー 12:05~

※時間は前後する場合がございます。

三友エンジニア体育文化センター

(上山市体育文化センター)

エコーホール

- 参加費 一世帯100円(事務手数料)
- 申込み 隣組回覧をご覧ください。

※状況により中止又は内容を変更する場合があります※

【事業報告・他】

11月11日(木) 北部地区公民館 第3回運営委員会を開催しました

以下について事務局より報告いたしました。

- (1) 上山市新型コロナウイルス感染症防止対策の現状について
- (2) 公民館事業の経過報告と今後の予定について
- (3) 公民館改修工事及びそれに伴う貸館業務について
- (4) 指定管理者制度導入についての進捗状況

なお、例年北部7地区や利用サークル・団体の皆様のご協力のもと年末の大掃除を開催していましたが、現在改修工事が進行中である為、今年度は中止とさせていただくことで確認いたしました。

10月28日(木) 女性講座「秋の寄せ植え」開催しました



今回は冬から春まで手入れをして楽しみたい、パンジー・ビオラ・ハボタン・ガーデンシクラメン・ゴールドクレストなどの草花を寄せ植えにしました。お庭や玄関に飾った様子を想像しつつ、ワクワクしながらレイアウトしていきます。毎回参加して下さる方も「初めてだけど挑戦してみた」という方も出来上がりに大満足していただけました。寒い季節のお庭に、明るい彩りを添えてくれることでしょう。



11月18日(木) 一般講座「野菜づくり講座」全期間終了しました



**野菜づくり
是非来年も！**

5月からスタートした実践講座が無事終了しました。最後に「収穫の喜びが畑づくりの意欲に繋がります。」と講師の佐藤勘治さんからお話があったあと、おひとりずつ感想を伺いました。“シーズンを通しての実践講座が良かった” “土づくりの大切さがわかった” “来年はまた新しい作物に挑戦してみたい” “家庭での野菜づくりにも講座の内容が役立った”等の感想が寄せられました。北部地区には市民農園ヴェンテングルデンがあり、市民なら誰でも借りることができます(有料)。野菜づくりに興味のある皆様、来年の春から思い切って野菜づくり楽しんでみてはいかがでしょうか。

【事業報告】

11月22日(月) 出前スポーツ教室(一般講座共催)「太極拳」開催しました



太極拳は、気血の流れを良くし、五臓六腑全体の機能を高め、体内バランスを理想的に保つとされています。参加者の皆さんは「バランス取るの難しい～」と戸惑いがちでしたが、ゆったりとした動きと音楽は忙しい日常から解放してくれ、心とからだを芯から癒し、新たなエネルギーを与えてくれたようです。外出できず運動不足になりがちな日々が続いていますが、無理のない全身運動で健康維持、美容にも効果があるともいわれている中国の伝統武術「太極拳」を、これからも続けてみてはいかがでしょうか？



次回の出前スポーツ教室は…

令和4年2月24日(木)「スローエアロ」
開催場所は「生涯学習センター研修室」です。



11月25日(木) 女性講座「クリスマスアレンジ」開催しました



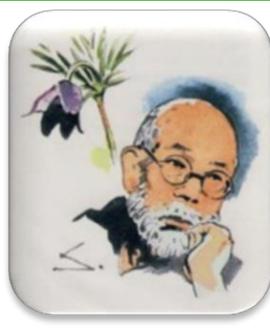
北部地区に一足早くクリスマスシーズンがやってきました～🎄ワクワクしますね🔔

前日は雪もチラつき、季節は冬へとまっしぐらですが、公民館の中はバラ、ポインセチア、柵などのアーティフィシャルフラワーで華やかに彩られました。もうクリスマスまで待ちきれないといった様子で、飾る場所を考える参加者の皆さんの嬉しそうなお顔は、色とりどりの花たちに負けぬくらいキラキラしていました☆

クリスマス本番までの一か月、お花とともにサンタさんが来るのを待ちましょう。



11月26日(金) ゆうゆうライフ学級 第6回学習会開催しました



「近くに住んでいるのに来たことなかったから、今日来られて嬉しい！」という声も聞かれるなか、新収蔵資料展開催中の斎藤茂吉記念館の見学に行ってきました。館内は、郷土が誇る偉人斎藤茂吉を身近に感じることができるよう、茂吉の生い立ちから順を追って見学することができます。また、茂吉ゆかりの品々や写真、映像等もあり、知れば知るほど新しい発見のある斎藤茂吉の奥深い人柄に引き込まれた時間となりました。

【参加者募集】 北部地区公民館 023-672-2545

冬休み子ども事業

ワクワク☆キッズ



日時 12月27日(月)9:00~16:00頃

集合解散場所 北部地区公民館 駐車場

内容 広～い体育文化センターのアリーナで、バドミントンやその他のスポーツ、ゲームなどで思いっきりからだを動かして、寒い冬を吹き飛ばしましょう！！
加勢鳥の踊りの練習も行います。みんなで一緒に「カッカッカーのカッカッカー♪」と伝統文化にふれ、楽しく踊りましょう。

参加費 500円(お昼のお弁当代含む)

募集期間 12月20日(月)まで

対象 北部地区在住の小学生・中学生 先着20名



一般講座共催

かみのやま健康ポイント対象

1回参加につき20ポイント付与

出前スポーツ教室

まもなく定員です



種目	スローエアロ	足腰元気体操
日時	令和4年2月24日(木) 午前10時~11時	令和4年3月3日(木) 午前10時~11時
開催場所	⚠️ 生涯学習センター 研修室	⚠️ 生涯学習センター 研修室
持ち物	マスク着用・飲み物 ヨガマット or バスタオル・うち履き	マスク着用・飲み物・うち履き

⚠️ 2・3月の開催場所は『生涯学習センター研修室』です。間違えないようご注意ください。

《開催中止のお知らせ》

上山市少年少女ミニバスケットボール大会
上山市家庭ソフトバレーボール大会

現在、感染者が減少傾向にあるものの、新型コロナウイルス収束の見通し立っていない現状を鑑み、中止となりました。

サンデー議会 開催

本会議(一般質問)を傍聴してみませんか?

日時: 12月5日(日) 午前9時30分~

場所: 上山市議会議事堂(上山市役所2階)

問合せ: 上山市議会事務局 672-1111(内線)

12月の行事予定

- 10(金) ゆうゆうライフ学級 第7回学習会(その1)
- 17(金) ゆうゆうライフ学級 第7回学習会(その2)
- 27(月) 青少年育成事業 ワクワクキッズ

※公民館、職員不在となります

年末年始の閉館

12月29日(水)~1月3日(月)



次回の公民館だより第344号は

令和4年1月6日(木)発行予定です。

【重要】

公民館のご利用について

公民館改修工事のため、下記の期間、貸館業務中止となります。なお、職員は通常業務しており、「あるこう! かざすくん」もご利用可能です。

令和3年12月~

令和4年3月まで



北部地区公民館 だより



第344号

令和4年1月6日発行
上山市北部地区公民館
上山市弁天一丁目6番8号
TEL/FAX 672-2545
《E-mail》
kamihoku@pluto.plala.or.jp

明けましておめでとうございます ～ 謹んで新年のお慶びを申し上げます ～

長引くコロナ渦のため、公民館活動も種々制限を受けていますが、去年は、皆様からのご理解とご協力のお陰で概ねスムーズに運営することが出来ました。厚く御礼申し上げます。さて、今年の北部地区公民館は大きな飛躍の年になりそうです。改修工事が終われば、1・2階の全館を使用することが出来るようになるほか、指定管理者制度の導入で、皆様のニーズに沿った活動や運営が出来るようになります。どうぞ楽しみにしててください。皆様のこの1年のご健康とご多幸を祈念しております。

館長 島津光男

上山市北部地区公民館主催事業

1/9 (日) 開催

三友エンジニア体育文化センター エコーホール

新春のつどい

【参加者募集】 北部地区公民館 ☎023-672-2545

※ 状況により、中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

かみのやま健康ポイント対象事業 20ポイント付与

スポーツ・レクリエーション事業

7+ゲ交流大会

日時…2月2日(水)

10:00～正午頃予定

開催場所…三友エンジニア体育文化センター
エコーホールフロア(※現地集合)

内容…団体戦及び個人戦(表彰有り)

参加費…無料

対象…北部地区在住の方 50名程度

持ち物…水分補給用の飲み物、運動靴、
脱いだ外履きを入れるビニール袋

※ 申込み締切…1月21日(金)まで



かみのやま健康ポイント対象事業 20ポイント付与

スポーツ・レクリエーション事業

ボウリング

日時…2月11日(金・祝)

10:00～14:00頃予定

開催場所…山形ファミリーボウル(※現地集合)

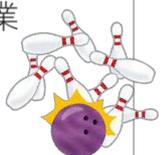
内容…ボウリング2ゲーム

(団体戦及び個人戦の表彰有り)

参加費…1500円(貸靴・昼食付)

対象…北部地区在住の方 20名程度

※ 申込み締切…2月7日(月)まで



【事業報告】

12月10・17日(金)ゆうゆうライフ学級



今回は、2019年にリニューアルオープンした東根市の「東の杜」、2021年5月にオープンしたばかりの寒河江市の「慈恩寺テラス」、それに併せ「本山慈恩寺」の見学に行きました。地域が誇る宝に親しみと興味関心が沸くような最新技術を取り入れた展示内容や、時代のニーズに合わせ柔軟に活用できる場として生まれかわった管理の行き届いた綺麗な施設に圧倒されました。この見学を通して、身近にある地域の文化財について、古いものをただ保存するだけでなく、維持、管理、活用といった、また違った目線から考える良いきっかけになりました。

12月27日(月)冬休み子ども事業ワクワク☆キッズ



凍える雪空をものともせず、冬休みのワクワク☆キッズも元気に開催しました。午前中は「加勢鳥保存会」の皆様のご指導で、上山市の伝統文化である加勢鳥の踊りの練習とケンダイに似せた衣装作り、午後からはスポーツで思いっきり汗を流しました。加勢鳥の踊りでは、練習を重ねるうちに動きに躍動感も出て、「カッカッカーのカッカッカー」という掛け声も元気に楽しく、大きな声になっていきました。「新春のつどい」にて、子供たちのカワイイ加勢鳥の踊りを披露します。どうぞお楽しみに!!



一般講座共催 **出前スポーツ教室開催のお知らせ**

種目	スローエアロ	足腰元気体操
日時	令和4年2月24日(木) 午前10時~11時	令和4年3月3日(木) 午前10時~11時
開催場所	⚠ 生涯学習センター 研修室	⚠ 生涯学習センター 研修室
持ち物	マスク着用・飲み物 ヨガマット or バスタオル・うち履き	マスク着用・飲み物・うち履き

⚠ 2・3月の開催場所は『生涯学習センター研修室』です。間違えないようご注意ください。

【重要】



**公民館改修工事のため
令和4年3月末まで貸館中止となっております。**

なお、職員不在時以外は通常業務しており、「あるこう! かざすくん」もご利用可能です。

冬期間は、お足元に十分お気をつけてご来館ください。

注意



1~3月の行事予定

- 1/9(日) 北部地区 新春のつどい(体育文化センター)
- 1/14(金) ゆうゆうライフ学級 第8回学習会(生涯学習センター)
- 2/2(水) ワナゲ交流大会(体育文化センター)※職員不在
- 2/11(金祝) ボウリング(山形ファミリーボウル)
- 2/25(金) ゆうゆうライフ学級 閉級式(体育文化センター) ※職員不在
- 2/24(木) 出前スポーツ教室/スローエアロ(生涯学習センター)
- 3/3(木) 出前スポーツ教室/足腰元気体操(生涯学習センター)

※2/2(水)及び2/25(金)は、職員不在のため「あるこう! かざすくん」のご利用はできません。ご注意ください。

次回の公民館だより第345号は

令和4年2月1日(火)発行予定です。

ご注意ください

**広場外トイレは
3月末まで
閉鎖となります**

何卒ご了承ください





北部地区公民館 だより

VALENTINE'S DAY



第345号

令和4年2月1日発行

上山市北部地区公民館

上山市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

<<E-mail>>

kamihoku@pluto.plala.or.jp

事業中止のお知らせ

新型コロナウイルスの感染が急拡大している状況を鑑み、参加者及び関係者の健康・安全面を第一に考慮した結果、以下の事業の開催をやむなく中止させていただくことといたしました。

- 2 / 2 (水) ワナゲ交流大会
- 2 / 11 (金祝) スポーツ・レクリエーション事業「ボウリング」
- 2 / 25 (金) ゆうゆうライフ学級閉級式

楽しみにしていただきました皆様には大変申し訳ございませんが、何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。



一般講座共催 出前スポーツ教室開催のお知らせ



種目	足腰元気体操
日時	令和4年3月3日(木) 午前10時~11時
開催場所	生涯学習センター 研修室
持ち物	マスク着用・飲み物・うち履き



2月・3月の行事予定

- 2 / 24(木) 出前スポーツ教室/スローエアロ(生涯学習センター)
- 2 / 24(木) 地区会長会
- 3 / 3(木) 出前スポーツ教室/足腰元気体操(生涯学習センター)

次回の公民館だより第346号は 令和4年3月1日(火)発行予定です。

※4月からの貸館予約について※

2月1日(火)から予約受付開始となりますが、改修工事の進捗状況及び新型コロナウイルスの感染拡大状況などの諸事情によっては、直前になって貸館をお断りする場合がございます。

予めご了承くださいますようお願い申し上げます。

【事業報告】

1月9日(日) 北部地区 新春のつどい

令和4年の幕開け! ~元気に艶やかに~

今年も無事、地区民の皆様とともに新年を祝うことができました。



ドキドキ…
出番は
まだかな…



↑加勢鳥保存会さん、加勢太鼓さんとほくぶワクワク☆キッズの演舞に会場からは大きな拍手が沸き上がりました!



↑ほくぶワクワクキッズの皆さん。自作のケンダイで元気に演舞を披露してくれました!



↑ゲストと実行委員の皆さん。大変お疲れ様でした。



←ゲストの松倉とし子さんと望さん。おふたりの美しい歌声が響き渡る会場内は、一足早く柔らかな春風に包まれたようでした。終演後、ホールから出てきた皆さんも笑顔満開。「今日きてよかったあ〜!」と嬉しい感想を頂きました。

1月14日(金) ゆうゆうライフ学級 『モルック教室』



今回は NPO 法人かみのやまスポーツクラブさんご指導の下『モルック(Molokky)』に挑戦! このスポーツはフィンランドが発祥。とても簡単なルールで老若男女問わず気軽に楽しめるのが特徴です。「投げて倒す」というシンプルなルールに加え、どう 50 点を目指すか、又はどう相手を 50 点にさせないかという「戦略性」も必要不可欠とのこと。狙った1本に見事命中するたび周りからは歓声が起こり、「よし! 次は自分だ!」と熱中する姿がとても印象的な時間となりました。齋藤先生手作りの道具で今後も楽しみながら腕を磨きたいと思います!



北部地区公民館



だより



第346号

令和4年3月1日発行

上市市北部地区公民館

上市市弁天一丁目6番8号

TEL/FAX 672-2545

◀E-mail▶

kamihoku@pluto.plala.or.jp

令和3年度を振り返って

今年度も残すところ1か月となりました。振り返ってみると、コロナ感染防止のため事業の中止や延期、また、建物の改修工事で貸出できない期間もあり、皆さんには大変ご迷惑をお掛け致しました。

そのような中で、『ほくぶふれあいコンサート』、『グラウンド・ゴルフ交流大会』、『新春のつどい』などの大きな事業を無事に開催することができました。運営委員の皆様、実行委員の皆様、そして参加して頂いた皆様に厚く御礼申し上げます。

さて、令和4年度には指定管理者制度が導入されて、地区住民が公民館運営の主体となるほか、建物全体が公民館として使用できるようになります。北部地区公民館の新たなスタートとなりますので、引き続きどうぞよろしくお願い致します。

職員一同

【事業報告】2月24日(木) 一般講座共催 出前スポーツ教室/スローエアロ

スローエアロは「開く・伸ばす・ひねる」の3つの要素を取り入れた運動初心者や体力に自信のない方でもできるエクササイズです。音楽にあわせて、普段意識しない筋肉や関節をほぐしていくと血行が良くなり体はぽかぽか。運動中にときどき入る先生の魔法の声がけ「骨盤に背骨をのせて〜」「おへそは縦に長〜く」で背筋もシャキッと、関節も可動域が広がり、終了後は「体が軽くなったようだ」と話していらっしやいました。

次回最終回は、3月3日(木)足腰元気体操です。



3月の行事予定

3(木) 出前スポーツ教室 足腰元気体操

場所：生涯学習センター研修室

次回、公民館だより第347号は

令和4年4月1日(金)発行予定

※貸館予約について※

先月より予約受付開始となりますが、改修工事の進捗状況及び新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、直前になって貸館をお断りする場合がございます。予めご了承くださいませようお願い申し上げます。



《 告 白 》

令和3年度上山市北部地区公民館第4回運営委員会は書面での議決とし、下記の協議事項について過半数以上の賛成をもって可決されました。

- 協議事項1 令和3年度事業報告並びに決算について（中間）
- 協議事項2 令和4年度事業計画（案）について



たくさんの笑顔😊にお逢いすることができました!!

令和3年度のあゆみ

整備事業

- ・PC保守セキュリティ3台分・網戸修繕工事
- ・花壇植栽・駐車場管理・広場草刈り・公民館大掃除
- ・備品整備（掃除機・会議用テーブル・扇風機2台）



スポーツ・レクリエーション事業

- グラウンド・ゴルフ交流大会（10月）



女性講座

- 初夏の寄せ植え（5月）
- ポーセラーツ教室（7月）
- 秋の寄せ植え（10月）
- 健康教室（6月）
- レジサンキャッチャー作り（8月）
- クリスマスアレンジ（11月）



ゆうゆうライフ(高齢者)事業

- 開級式/足・指健康教室（5月）
- 脳トレボードゲーム（6月）
- ヤクルト健康講座/ビンゴゲーム（7月）
- けん玉健康教室（9月）
- グラウンド・ゴルフ交流会（10月）
- 茂吉記念館見学（11月）
- 東の杜&慈恩寺テラス見学（12月）
- モルック教室（1月）



一般講座

- 健康講座 講話と健康予防・腰・膝体操（4月）
- 野菜づくり講座（5月～11月）計10回
- クアオルトウォーキング 山元・（6月）/坊平（8月）
- 防災講座（9月）
- ドッコ沼トレッキング（10月）
- 出前スポーツ教室（11月/太極拳・2月/スローエアロ・3月/足腰元気体操）



青少年育成事業

- ワクワク☆キッズ説明会（7月）
- 山形市少年自然の家 追跡ハイキングほか（8月）
- 蔵王高原坊平/クアオルトウォーキング・蔵王猿倉/魚釣りほか（8月）
- 上山市伝統文化学習（加勢鳥）/バドミントンなどのスポーツ（12月）
- 新春のつどいにてカセ鳥演舞の披露（1月）



公民館だより・隣組回覧発行

- 年12回発行（第335号～346号）※全戸配布
- 隣組回覧 年2回発行



運営委員会・準備委員会

- 全7回開催（4月・7月 各2回）
- （10月・11月・2月 各1回）

各実行委員会

- 歌声サロン実行委員会（5月・7月）
- 新春のつどい実行委員会（11月・1月）



歴史・芸術・文化事業

- 歴史探訪
6月/湯殿山神社・9月/米沢藩上杉家
- 警察音楽隊ふれあいコンサート（10月）
- 新春のつどい
松倉とし子さんコンサート（1月）

