

北部地区公民館 だより



第368号

令和6年1月9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/672-2545
FAX/673-0645

✉/kaminoku@pluto.plala.or.jp

謹賀新年

2024

明けましておめでとうございます

今年も、皆さまのニーズに沿った魅力ある事業を展開して参りますので、是非積極的に公民館行事にご参加ください。
皆さまのこの一年のご多幸を祈念しております。

北部地区公民館 館長 島津光男

参加者募集

かみのやま健康ポイント対象事業 一般講座 ほくぶウォーキング

日時…1月17日(水) 9:00~11:30頃まで
集合解散…北部地区公民館 参加費…無料
持ち物…水分補給用の飲み物など
その他…天候などを考慮し内容等を変更する場合があります。

北部地区公民館スポーツレクリエーション事業 ワナゲ交流大会

日時…2月9日(金) 9:30 受付開始
会場…北部地区公民館2階 講堂
参加費…100円
持ち物…内履き、水分補給用の飲み物など
その他…詳しくは隣組回覧をご覧ください。

一般講座共催 **出前スポーツ教室** ※かみのやま健康ポイント対象事業

種目	太極舞	シャフルボード
月日	1月24日(水)	2月21日(水)
時間	午前10時~11時頃	開催場所
持ち物	内履き・飲み物・タオル	申込み

両日とも、まだ若干名申込み可能です。一緒に楽しく体を動かしましょう!



急募

北部地区公民館 地域活動推進員

急募

- *職務内容: 公民館事業の企画運営・事務補助
- *応募資格: 健康で基本的なパソコン操作(Word、Excel)ができる60歳未満の方
・普通自動車免許をお持ちで、日常的に運転されている方
- *勤務時間: 平日8:30~17:15(週29時間)
- *給 与: 月額130,000円 ※健康保険・厚生年金保険・雇用保険等適用
- *休日・休暇: 土日祝日(一部勤務あり)。年末年始・夏/冬季・慶弔・育児・介護休暇あり
- *申込み: 履歴書1部を直接持参、または郵送
- *締 切: 令和6年1月29日(月)必着

*面接日: 令和6年2月1日(木)

ご応募
お待ちしております





事業報告

12/3(日) 北部地区公民館大掃除を開催しました

年の瀬恒例の公民館内外大掃除を行いました。隅々までピカピカにさせていただいたおかげで、きれいな公民館で気持ちよく新年を迎えることができます。ご協力いただいた地区の方々及び団体サークルの皆様にご心より御礼申し上げます。



12/7(木) 一般講座「すこやか教室」

山形大学医学部附属病院／看護部／副看護師長／遠藤 友意氏を講師にお招きし、インフルエンザと感染対策について教えていただきました。手指衛生の大切さを深く実感した一日となりました。



12/13(水) 一般講座「ほくぶウォーキング」

写真は蔵王みはらしの丘6号公園でのひとコマ。日が差したり隠れたりでしたが、とても美しい蔵王連峰の姿を見ることができました。初参加の方もお待ちしております。一緒に健康づくりしましょう！



12/15(金) ゆうゆうライフ学級「健康教室」

第7回学習会は睡眠と健康の講座を開催しました。今回は睡眠についての正しい知識を学びながら健康長寿の秘訣・健康維持・病気予防・もしもの備えについて考えました。健康の為に、より良い睡眠をご家庭でもぜひ実践してみましょう。



12/20(水) 出前スポーツ教室「ボディメンテ」

椅子を使って足→肘→肩→腿→背中→ふくらはぎの順にほぐしたあと、クリスマスソングに合わせストレッチでリラックス。特別な道具無しでできるボディのメンテナンスを、自宅でも気軽に楽しみながら継続していきましょう！



12/25(月) ワクワク☆キッズ「Xmas ケーキを作ろう」



1人1台ずつオリジナルのXmasケーキを作りました。ケーキスポンジに生クリームとフルーツをサンドした後はたっぷりの生クリームでデコレーションし、フルーツで飾りつけました。最後の仕上げに粉砂糖でケーキに雪を降らせて完成。苦戦する場面もありましたが、心を込めて作ったケーキの出来映えにみんな大満足でした。

12/26(火) 一般講座「しめ飾り&お正月ミニアレンジ」

「しめ飾り」とは、「お正月に歳神様をお迎えするために、邪気や魔、厄災、禍事が入ってこないように結界をはること。家内安全と厄除けのご利益がある飾りのこと」を意味しているそうです。邪気が入ってこれない状態にしておけば歳神様も安心して来てもらうことができます。福を呼び込むように家内安全の願いを込め、新年の準備を思い思いに楽しみました。



《1・2月の予定》

- 7(日) ほくぶ新春のつどい
- 17(水) 一般講座「ほくぶウォーキング」
- 18(木) ゆうゆうライフ学級 第8回学習会
- 24(水) 出前スポーツ教室「太極舞」
- 2/9(火) ワナゲ交流大会

次回の公民館だよりは **2/1(木)** 発行です

1月 新着図書のご案内

- * 物語の種・・・有川 ひろ
- * 神の呪われた子・・・石田 衣良

児童書・絵本など

- * おかえり、フク
- * このほん



返却日
1/18(木)

その他、小説・雑誌・児童書・絵本など多数あります。お気軽に《ほくぶ図書室》に借りに来てください！