

# 宮生地区 公民館だより

令和6年10月1日発行 第499号

発行：宮生地区公民館

上山市下生居字屋敷前288番地

電話674-3304 FAX674-7451

## 第4回高齢者学級「晴ればれ講座」～『パークゴルフ大会』～9月17日（火）

白鷹町のパレス松風パークゴルフ場にてパークゴルフを楽しみました。稲穂が揺れ秋の気配を感じる時節となりましたが、当日は残暑厳しい日となりました。しかし、会員のみなさんは暑さにも負けず元気一杯にプレーをしていました。



11月6日（水）午前9時30分～正午

かみのやまくアオルト、毎日ウォーキング

「宮生コース」を歩きます。

上山市民は参加料無料！申し込みは不要です。

宮生地区のみなさんも一緒に歩きましょう。

詳細は11月1日発行の市報（毎日ウォーキングカレンダー）

をご覧ください。



宮生地区公民館の「かざすくん」ですが、

8月16日より不具合のため、撤去されていましたが、9月25日より再設置となりました。

## 「敬老の日」おめでとうございます。

祝

宮生地区敬老祝い対象者（数え80歳以上）合計156名

宮脇55名・下生居29名・中生居37名・上生居35名

※今年は、数え99歳（白寿）と満百歳（百寿）の方はおりませんでした。

# ～ 「和の学校」 参加者募集 ～

## 第2回「和の学校」

内容：『ピラティス』

※ピラティスとは、ドイツ人のジョセフ・H・ピラティス氏が、第一次大戦で負傷した兵士のリハビリのために開発したエクササイズ、誰でも気軽にできますよ。

月 日 10月20日(日)

時 間 午前10時～午前11時30分

場 所 宮生地区公民館「集会室」

参加費 無料

募集定員 10名程度

持ち物 汗拭き用タオル・水分補給用飲料水  
ヨガマットまたは大型バスタオル

服 装 動きやすい服装

申込〆切日 10月15日(火)

申込先 宮生地区公民館

※働き盛りの方、はじめての方、ぜひ参加してください。

お子さん連れの参加もOKです。

かみのやま健康ポイント付与対象事業  
20ポイントつきます！

## 第3回「和の学校」

内容：大江町『<sup>あおそ</sup>青苧について学ぶ』  
『寒河江八幡宮・神輿見学』

※大江町で活動している青苧復活夢見隊の展示物を見ながら講話を聴き、青苧を使った料理を堪能してきます。

また、寒河江八幡宮と伝統ある祭り神輿を見学してきます。

月 日 11月8日(金)

時 間 午前9時30分～午後4時30分  
(宮生地区公民館 集合)

参加費 2,000円

募集定員 15名程度(福祉バス利用)

持ち物 水分補給用飲料水

服 装 歩きやすい服装と履物

申込〆切日 10月23日(水)

申込先 宮生地区公民館



あおそ  
青苧という植物です。

## 家庭ソフトバレーボール 大会 出場者募集

11月23日(土・勤労感謝の日)に開催される市家庭ソフトバレーボール大会の出場者を大募集します。宮生地区全体でチームを構成して大会に望みます。大会は11月になりますが選手が集まり次第練習を開始します。お誘い合わせのうえ多くの方に参加していただきたいと思ひます。 ※募集対象者：宮生地区に住所のある18歳以上(学生・生徒を除く)の男女

問い合わせ/申し込み先 宮生地区公民館

10月23日(水)まで申し込みください。



## 10月 おもな事業&予定

- 1日(火) 第4回女性学級「ほたるの会」学習会
- 18日(金) 県社会教育研究大会(河北町)
- 20日(日) 第2回和の学校「ピラティス」
- 21日(月) 事務長会
- 29日(火) 第5回女性学校「ほたるの会」学習会

宮生地区公民館にフリーWiFi



が設置されました。

- 10/5(土) 宮川小学校運動会
- 10/8(火) 宮川中学校運動会