



にしごう

12月19日(木)

西郷地区会長会 山形県への要望活動

各地区の要望を山形県へ取り次いでもらうため、遠藤寛明県議会議員へ会長会より要望書を手渡しました。

要望の内容は河川・砂防ダムの環境整備や、県道の歩道整備等の安全対策です。要望書を受け取った遠藤県議からは、西郷地区の要望内容を県の担当部署にしっかりと伝え、地域住民が安心・安全に暮らせる環境整備の早期実現に向けて活動していきますとの力強い返事を頂きました。



1月17日(金)

出前スポーツ教室① - 足腰元気体操 -



かみのやまスポーツクラブによる出前スポーツ教室を開催しました。第1回は「足腰元気体操」です。講師の山川さんの指導で太ももと体幹を重点的に動かす体操を教わりました。椅子に腰をかけた状態でできるストレッチ体操やミニハードル、カラーコーンを使用した足の上下運動のあと、「花の山形シャンシャン体操」を踊って教室を終了しました。最後に、自宅でもゆっくりとした動作で椅子に座することで太ももに刺激を与えられることや、歯磨きをしながら片方の足のつま先を上げるだけで身体のバランス感覚を養うことができるとのアドバイスをいただきました。

寒い時こそ、自宅でも無理のないペースで運動を行いましょう。



★これからの出前スポーツ教室のご案内★

◆日 時：2月14日(金)10:00～11:00頃まで 内 容：シャッフルボード

*持ち物：飲み物、室内シューズ

◎簡単なルールで初心者でも気軽に楽しめるスポーツ

お気軽に
ご参加
下さい



3月11日(火)10:00～11:00頃まで 内 容：ボディメンテ

*持ち物：飲み物、屋内シューズ
ヨガマット又は、バスタオル

◎腰痛や肩こりの予防と緩和するエクササイズです

◆場 所：西郷地区公民館 集会室

◆対 象：西郷地区在住の方(高齢者も大歓迎！)

◆参加費：無料

◆その他：かみのやま健康ポイント20P付与

◆申込み：開催日の3日前まで可
西郷地区公民館 ☎672-2540または
スポーツクラブ ☎080-1809-0652まで



趣味の講座に参加してみませんか？

～若干の空きがあります～

「蜜ろうハンドクリーム」づくり

良質で安全な蜜ろうとオーガニックオリーブオイルで保湿力に優れた肌に優しいクリームを作ります

日時：2月18日(火) 10:00～12:00

場所：西郷地区公民館
定員：10人(先着順)
講師：ハチ蜜の森キャンドル
代表 安藤竜二さん

参加料：材料費として1,100円

(120ccのクリームをつくります)

持ち物：必要な方は、水分補給飲料
手拭き・エプロンなど

* 昨年参加したときの容器の持込みも可能です

申込み：2月12日(水)まで 西郷地区公民館へ

日々好日・悠々講座・合同企画

～大人の社会科見学～ 庄内(遊佐・酒田・鶴岡) ひな巡り

◆期日:令和7年3月6日(木)



旧青山本邸のお雛様や酒田湊町の福傘など3ヶ所をバスで巡ります

詳しくは全戸配布の募集チラシをご覧ください ご参加お待ちしております！



令和7・8年度 公民館活動団体の登録について

公民館で活動し、以下の要件を満たす団体は公民館活動団体に登録、認定されることで、公民館を2分の1の使用料で利用することができます。(全額または3/4減免に該当する団体は申請不要)

◆登録基準

- 1 学習・文化・スポーツ等の社会教育に関する事業を継続的に行う市内の団体。
- 2 構成員が5人以上の団体
- 3 構成員の5分の4以上が市内に住所を有する人又は市内に勤務・在学している人であること。
- 4 団体の活動が講師等に依存した教室的なものでないこと。
- 5 登録団体又は申請中の団体と名称又は構成員等が類似していないこと。

◆申請受付及び認定期間

- ・申請受付 令和7年1月15日から随時受付

必要書類(登録・変更申請書、構成員名簿、その他登録基準を満たすことを明らかにする書類)を市教育委員会生涯学習課へ提出
(令和7年2月14日まで申請した団体は、令和7年4月1日から減免適用。以降は随時認定後適用。)

- ・認定期間 令和7年4月1日～令和9年3月31日(2年間)



詳しくは市ホームページまたは生涯学習課、地区公民館にお問合せください

今後の予定

2月	3日	西郷地区会長会	19:00地区公民館
	6日	市長とフリートークミーティング	19:00地区公民館
2月	7日	悠々講座(健康音楽療法・南陽市方面)	※午後から公民館が留守になります
	8・15日	趣味の講座 布遊び「七宝まり」づくり	9:30～13:00地区公民館
	14日	出前スポーツ教室②(シャッフルボード)	10:00地区公民館
	18日	趣味の講座 蜜ろうハンドクリームづくり	10:00～12:00地区公民館
	28日	市報・館報配布日	
3月	6日	日々好日・悠々講座合同企画 「庄内ひな巡り」	※公民館が留守になります
	11日	出前スポーツ教室③(ボディメンテ)	10:00地区公民館
		西郷地区子ども会育成連合会総会	19:30地区公民館