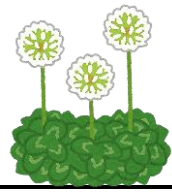


令和7年5月8日発行



南部地区 公民館だより

【第151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

4月16日(水)、第1回南部地区公民館運営協議会が開催され、
令和7年度の運営方針、事業計画、収支予算などが承認されました。

交流でつくる
「公民館」

幸せと楽しさをつくる
「幸民間」

地域に貢献できる
「貢民間」

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、誰もが気軽に立ち寄り、出会い、集える場、自由に学びあえる公民館をめざす。また、さまざまな事業を通して得た気づきが新たな学びとなり、持続可能な活動につなげることでより良い地域づくりに貢献する。

- 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大切にしよう。
 - ③ 心と身体の健康づくりを推進しよう。
 - ④ 人と人のつながりを深めよう。

事業計画	会議・研修ほか	一般事業	わきあいあい事業	高齢者学級 「ともがき」	少年教室 「のびっ子クラブ」
	・運営協議会 ・諸研修会 ・公民館大掃除(2回) ・館報発行(12回)	・教養講座 ・暮らし・趣味の講座 ・健康づくり ・防災・救命救急講座 ・芸術・文化	・スポーツレクリエーション実行委員会 ・スポーツレクリエーション ・南部地区作品展	・開閉級式 ・各学習会 ・運営委員会	・体験学習教室 ・屋外学習

令和7年度役員名簿

公民館運営協議会 ◎会長 ○副会長 ☆監事

(敬称は略させていただきます)

地区役職	氏名	地区名	地区役職	氏名	地区名
地区会長会	◎ 吉田 明	三本松	民生児童委員協議会	土屋 宏	石崎2
	○ 森谷 健樹	長清水2	青少年育成推進員	石山 忠志	河崎
	○ 三條 政敏	石崎1	スポーツ推進委員	奎 利幸	河崎
	伊藤 賢一	河崎	事業協力員	木村 良春	矢来1
	五十嵐 伸一郎	葉山	高齢者教室	井上 光弘	石堂
	五十嵐 祐一	金生1	学識経験者	青木 勝	金生2
	☆ 金原 克之	長清水1	女性代表	高橋 恵子	松山
老人クラブ連合会	須田 義孝	長清水1	南部地区有識者	☆ 高橋 幸雄	石崎1
子ども会育成連合会	五十嵐 裕司	金生1	公民館長	鏡 好男	長清水1

高齢者教室運営委員

役職名	氏名	地区名
学級長	井上 光弘	石堂
副学級長	佐藤 利重	松山
幹事	杉山 儀七	三本松
	加藤 いく子	矢来2
	齋藤 貴美雄	松山
	新野 悦子	石崎1

スポーツ推進委員

氏名	地区名
奎 利幸	河崎
水沼 智仁	河崎
加藤 政博	松山
斎野 太吾	長清水1
横澤 明子	石崎1
小山 由美	三本松

青少年育成推進員

氏名	地区名
鏡 義宜	矢来2
石山 忠志	河崎

公民館職員

役職	氏名
館長	鏡 好男
事務長	佐藤 慎二
地域活動推進員	荒井 広美 高橋 恵里
地域づくり推進員	安部 真由美

退任なされた方々には、これまで公民館にご尽力いただき厚く御礼申し上げます。
また、再任、新任の役員の皆様からは、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

参加者募集

お問合せ・申込み先 上山市南部地区公民館まで。
お申込受付は、5月12日(月)午前9時～いずれも、お電話のみとさせていただきます。
※参加費はお釣りのないようご協力をお願いいたします。

一般講座



多様な栄養を含むスーパーフード 味噌づくり

麹を3割増した美味しい味噌をつくります。
ご自身で仕込んだみそは格別です！

日 時 5月28日(水) 10:00～12:00
場 所 南部地区公民館 1階 集会室
内 容 できあがり量5kgの味噌を手作りします
講 師 石井伊惣治商店 石井茂治さん
対 象 南部地区にお住まいの方
定 員 先着15人
参加費 2,000円(当日お持ちください)
持ち物 ・レジャーシート(小さめのもの1枚)
・味噌を持ち帰るための蓋付き容器1個
(例:漬物容器15型～20型程度)など
・水1ℓ(ペットボトルなどに入れてお持ちください)
・エプロン、三角巾、手拭き用タオルなど



季節を楽しむ 花の寄せ植え

草花の知識や植えつけのポイント、管理方法
などを学んで、花のある生活を楽しみましょう。

日 時 6月4日(水) 10:00～12:00
場 所 南部地区公民館 1階 集会室
内 容 一つの花器に数種類の植物を植え込みます
講 師 蘭花園 佐藤淳志さん
対 象 南部地区にお住まいの方
定 員 先着15人
参加費 2,000円(当日お持ちください)
持ち物 内履き、エプロン、ガーデニング用手袋、
手拭き用タオル、水分補給のための飲み物など
必要な方は持ち帰り用袋(大きめのもの)
その他 ガーデニング用の手袋をお持ちでない方は
公民館でポリ手袋を準備いたします

リズム体操

じっくり
3回継続講座

懐かしい音楽に合わせて楽しく体幹をほぐし
ます。脳が活性化し、姿勢が整い、転倒予防に
つながります。

日 時 6月10日(火) いずれも
7月 8日(火) 10:00～11:00
8月 8日(金)
場 所 南部地区公民館 1階 集会室
内 容 3回の継続のトレーニングで健康増進を図ります
講 師 スローエアロビク認定指導員 本木裕美さん
対 象 南部地区にお住まいの方
定 員 先着12人
参加費 無料
持ち物 運動シューズ、汗拭きタオル、お持ちの方は
ヨガマット、水分補給の飲み物など
その他 動きやすい服装でお越しください

※かみのやま健康ポイント対象事業20P付与

公民館大掃除 ボランティア



日 時 6月14日(土) 8:00～1時間程度
集合時間 7:45 (1階 集会室に集合してください)
清掃場所 南部地区公民館内、駐車場など
※雨天時は館内のみ
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6月9日(月)までご連絡ください



～5月の予定～

14(水) ともがき【開級式・第1回学習会】
《津軽すこっぴ三味線鑑賞》
28(水) 一般講座【味噌づくり】

次の公民館だよりは、6月6日(金)発行です。

