

北部地区公民館 だより

お友だち
募集中



LINE 公式アカウント

第399号

令和8年7月31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
✉/hokubu-1@outlook.jp

参加者募集 【詳しくは隣組回覧・公式 LINE アカウントにて】

一般講座

出前スポーツ「カローリング」

※かみのやま健康ポイント

対象事業

日 時…9/2(水) 10:00~11:00 場 所…北部地区公民館 2階 講堂
内 容…氷上で行うカローリングを室内で楽しめるように考案されたスポーツです
特別な運動神経や体力は一切不要、誰でもすぐに楽しめます！

募 集…北部地区在住の方

持ち物…内履き、飲み物

申込方法…お電話または直接窓口にて受付します

※詳しくは回覧板・公式 LINE アカウントをご覧ください



AED

一般講座

防災・救急救助 講座

※9月は
防災月間です！

日 時…9/9(水) 9:00~11:30 頃

場 所…北部地区公民館

内 容…災害への備え、心肺蘇生法、備蓄品、非常時持出品の確認

講 師…上山市庶務課危機管理室職員・上山市消防署救急救助職員

申込方法…お電話または直接窓口にて受付します

募 集…北部地区在住の方

※詳しくは回覧板・公式 LINE アカウントをご覧ください

※ご不明な点は、公民館までお問い合わせください



一般講座

カラオケ健康教室

※かみのやま健康ポイント

対象事業

日 時…8/17(月)・9/7(月)10:00~12:00 頃

場 所…北部地区公民館 和室

内 容…健康づくりを目的とした体操、カラオケをします

参加費…無 料 持ち物…水分補給の飲み物

申込方法…お電話または直接窓口にて受付します

募 集…北部地区在住の方

※詳しくは回覧板・公式 LINE アカウントをご覧ください

※ご不明な点は、公民館までお問い合わせください



《歴史探訪》7/13(月)「羽黒山」午年御縁年

雨に濡れた国宝・五重塔

ガイドさんの話に聞き入ります

雨に煙る杉並木は幻想的な風情を湛え、羽黒山ならではの深い趣を感じる歴史探訪となりました。国宝・五重塔では観光ガイドさんによる丁寧な解説にじっくり耳を傾けます。平将門の創建と伝えられる歴史などについての詳しい解説に参加者からは感嘆の声が上がりました。続く昼食の精進料理では、羽黒山の伝統と食文化を味わう貴重な時間となりました。また、今年は12年に一度の「午歳御縁年」にあたり、多くの参加者の方が心からのご利益を実感し、喜びを分かち合いました。天候こそ芳しくありませんでしたが、羽黒山の歴史や文化に触れ、心満たされる一日となりました。



斎館にて精進料理をいただきました

《一般講座》7/6(月)・7/21(火)カラオケ健康教室



懐かしい歌や季節の歌を楽しみながら、途中で体操を行う健康カラオケ教室を実施しました。歌うことと体を動かすことの両方を取り入れ、参加者の皆さんは楽しく健康づくりに取り組んでいました。

来月も開催いたします。涼しい環境で歌いに来ませんか？是非、ご参加お待ちしております。



8月の出前図書《一部紹介》

- ★ 続々体脂肪計タニタの社員食堂
- ★ 13歳からの生成AI講座 南 龍太
- ★ しょうがっこうのいやなところ

山本 悦子

- ★ ごあいさつあそび きむら ゆういち

夏休み！涼しい部屋で読書はいかがですか？



《 8月の予定 》

- 1(土) ワクワク☆キッズ トマト栽培選手権
- 3(月) カラオケ健康教室
- 5(水) ワクワク☆キッズ プラネタリウムとぶどう狩り
- 12(水)～14(金)公民館休館日
- 17(月) カラオケ健康教室
- 20(木) ほくぶ大運動祭 第1回実行委員会
- 21(金) ゆうゆうライフ事業「血管講座」

《 9月の予定 》

- 2(水) 出前スポーツ「カローリング」
- 7(月) カラオケ健康教室
- 9(水) 防災・救急救助講座
- 15(火) ほくぶ大運動祭第2回実行委員会

