



日立木地区ふれあい敬老会 盛況のうちに終了！

9月13日、道の駅そうま「体験実習館」にて開催され、カラオケ・民謡民舞・3B体操などのアトラクションに加えて、立谷市長にカラオケ2曲を歌っていただき会場は大いに盛り上がりしました。最後は、民謡教室講師 伏見とみ子先生の「相馬盆唄」にあわせて、相馬盆踊りを会場内の全員で踊り楽しく終了することができました。日立木地区では今年75歳以上の方は334人でした。これからも皆様のご長寿とご健康をお祈りいたします。

実行委員の皆様及び出演者の皆様のご協力をいただき、無事に終えることができた公民館職員一同心より感謝いたします。有難うございました。

日立木公民館だより

☎0244
(35)2901
令和7年
10月1日



あま〜い歌声ですね〜



みなさん、さすがです！



敬老会の写真を公民館に展示しましたので、お立ち寄りください。



「歓欣鼓舞」の元気がでるダンスでした



伏見先生、圧巻の歌声でした！



今年は太鼓もあり、更に盛り上がりました〜



さあ〜一緒に相馬盆踊りを踊りましょう！



おまのびや

日立木公民館「ふれあい学習展」を開催します

◦日程 11月7日(金)〔午後〕1:00～4:00
11月8日(土)〔午前〕9:00～12:00

◦会場 道の駅そうま「体験実習館」

※各教室生の作品展示(菊、書道 生け花 絵手紙など)尚、今年はそば打ち教室のそばと料理教室による料理の提供はありません。

「結いの郷日立木」思いを紡ぐ交流会

◦日程 11月15日(土)午前10:00～午後1:00
◦会場 日立木小学校体育館及び校庭
◦対象者 日立木行政区居住者
◦内容 神楽舞、お祭り広場、消火訓練他
◦昼食 無料で提供(おにぎり、豚汁)

※今年初めての開催で、郷土に宿る「結いの精神」に思いを馳せ、地区に伝わる神楽を鑑賞し、食とゲーム等を楽しみ交流を深めることで、地域の融和を図るのが目的です。

チェアロビクス体験

9月3日、講師に荒川朋子氏を迎え、初めて体験する方ばかりでしたが、音楽に合わせて軽快に体を動かしていました。

軽い準備体操から始まり、椅子の後ろをリズムをとりながら行ったり来たり、更に頭も一緒に使って脳トレも行いとても楽しそうに体操をしていました。



健康マージャン講座



8月28日、社会福祉協議会職員3名の指導を受けて、9名の方が参加されました。ルールが簡単なので初めての方も対戦しながら覚えていき、リーチがかかると嬉しそうに和気あいあいと楽しんでいました。



企画講座

参加・受講生募集

※申し込み・問い合わせ先 日立木公民館 ☎0244-35-2901

※交通手段のない方は公用車にて送迎(自宅⇄公民館)しますので申し込みの際にお伝えください。

ここから、市内各公民館の『公民館だより』が見られます。



理学療法士による 介護予防講習会

10/21

健康長寿を維持していくためには心のケアも大事！

日時 10月21日(火) 14:00～15:00

会場 道の駅そうま『体験実習館』

内容 ①自律神経ってご存じでしたか？
②骨太けんこう体操

講師 公立相馬総合病院 理学療法士

定員 20名

対象者 市内在住の65歳以上の方

参加費
無料

大正ロマンを代表する画家で美人画で一世を風靡！

美術鑑賞講座

10/24

日時 10月24日(金) 9:00出発

行き先 福島県立美術館、文知摺観音普門院

内容 『竹久夢二のすべて』

昼食 道の駅ふくしまにて各自

定員 15名

参加費 1,200円(観覧料)

申し込み締め切り日 10月17日(金)

※申し込み方法 来館して参加費を添えてお申し込みください



10月行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	10月		パークゴルフ教室 第2回大会8:30 区長会9:00	園芸教室9:30 絵手紙教室13:30		科学フェスティバル9:00
5	6	7	8	9	10	11
	お菓子作り講座 9:30 民謡教室13:30	ペーパークラフト9:00 3B体操教室9:30 民生委員13:00	パークゴルフ教室 8:30	書道教室13:30	そば打ち教室9:00	
12	13 スポーツの日	14	15	16	17	18
		3B体操教室9:30	パークゴルフ教室 8:30	園芸教室9:30 絵手紙教室13:30		母子草教室 13:00
19	20	21	22	23	24	25
	民謡教室13:30	ペーパークラフト9:00 3B体操教室9:30 スマホ教室13:30 (八幡公民館にて)	パークゴルフ教室8:30 料理教室9:30	書道教室13:30	美術鑑賞講座 9:00(福島市) 生け花教室13:30	母子草教室 13:00
26	27	28	29	30		
親子うどん打ち 体験教室 9:30	パッチワーク9:30	3B体操教室9:30	パークゴルフ教室 8:30			

お申込みは日立木公民館まで



※教室生を募集しています！

3B体操教室では、一緒に楽しく活動してくれる方を募集しています。健康のため始めてみませんか。