

# 新年度に向けてのご挨拶

地域の皆様には、常日頃公民館活動に対しご理解、ご協力を賜り厚く感謝申し上げます。今年度の公民館においても新たな活動がスタートします。

令和6年度もより多くの地域の皆様が、近くにあって、利用しやすい飯豊公民館で、活動、活躍されることをご期待申し上げ新年度のご挨拶と致します。

飯豊公民館運営委員長 寺島 眞一

昨年度も地域の皆様、教室生の皆様のご協力により、公民館活動を円滑に進める事が出来ましたことに心から感謝申し上げます。今年度も、地域の方々が利用しやすい、親しみやすいコミュニティーの場として、4月から新たな気持ちで公民館運営に取り組んでまいりますのでよろしくお願いいたします。

飯豊公民館 職員一同

飯豊公民館だより

☎ 35・2409



集う 学ぶ 結ぶ  
みずほのやかた

第474号  
令和6年  
4月1日

## ★公民館教室の申し込みはお済みですか？★

令和6年度公民館教室受講生を募集しています。新規・継続ともに受講したい方は、申込書に記入の上、**4月8日（金）まで**飯豊公民館にお申し込みください。

## ハゼッ子教室のこれまでを振り返って

平成 24 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

平成 25 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

平成 27 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

平成 28 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

平成 29 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館  
平成 29 年度教室生 19 名

平成 30 年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

令和元年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

令和3年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

令和4年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

令和5年度  
ハゼッ子教室の思い出  
飯豊公民館

ハゼッ子教室の募集は、5月初旬の予定です。

飯豊公民館では、『子供達が体験学習や集団活動により豊かな心や社会性を育む事』を目的に、「ハゼッ子教室」を例年開催しています。令和6年度は、6回開催予定です。

\*募集対象 小学3・4・5・6年生



# はまなす館カフェ 健康座談会 開催されました!



去る2月8日(木)飯豊公民館会議室にて「はまなす館カフェ 健康座談会 認知症を知らず!認知症サポーター養成講座、座談会・地域のお宝ご紹介! 健康チェック・毛細血管をみてみよう。」が開催され、25名の方が参加されました。「認知症サポーター養成講座」として、再現ドラマDVDを見ながら認知症の方にどのように接し対応するかを学び、また、相馬市における認知症の対策について、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりの説明を聞いて具体的に認知症に対する理解を深めました。「座談会・地域のお宝ご紹介!」としては、地域のお宝とは、昔からある伝統や文化、ご近所同士の付き合い、仲間同士の集まり、自治会活動などで、地域で自分らしく暮らし続ける為の近所付き合いが大切であるとのことでした。最後に、「健康チェック・毛細血管をみてみよう。」では、毛細血管を見る機械で一人一人画像の説明を受けながら日々の食生活で気をつけることなど相談され、アドバイスなど受けていました。



お宝ご紹介  
す

持館憲子先生



## 相馬市防災メールを登録しましょう!

- ①携帯、スマホで左のQRコードを読み取り、メールアドレスを表示する。
- ②読み取ったメールアドレスに、空メールを送信する。
- ③市からメールが返信されるので、そのサイトにアクセスする。
- ④画面に従い氏名、郵便番号、住所などを入力し送信して登録完了。

災害時などの重要なお知らせが、市から自動的にリアルタイムに配信され情報を得られます。



令和6年



## 4月の行事予定

※教室の都合により変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	民生委員会 9:00 ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30 ヨーガC 19:00	ヨーガA 9:30 ヨーガB 13:30 ストレッチクラブ 19:00	3B体操 9:30 絵本と食9:00~(調、和) 女声コーラス 13:00	絵手紙 9:30 気功13:30	中高年ピアノ10:00 民謡踊り 9:30 ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30	社交ダンス 女子卓球13:30
7	8	9	10	11	12	13
	ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30 ヨーガC 19:00	パーク 9:00(J 17場) ヨーガA 9:30 ヨーガB 13:30 ストレッチクラブ 19:00	3B体操 9:30 女声コーラス 13:00	生け花10:00 気功13:30 みずほクラブ総会 13:30~	ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30	女子卓球13:30
14	15	16	17	18	19	20
	ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30 ヨーガC 19:00	パーク 9:00(J 17場) ヨーガA 9:30 ウォーキング教室 ヨーガB 13:30 ストレッチクラブ 19:00	3B体操 9:30 女声コーラス 13:00 俳句13:00	絵手紙 9:30 気功13:30	民謡踊り 9:30(和) 中高年ピアノ10:00 ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30	社交ダンス 女子卓球13:30
21	22	23	24	25	26	27
	ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30 ヨーガC 19:00	パーク 9:00(J 17場) ヨーガA 9:30 ヨーガB 13:30 ストレッチクラブ 19:00	3B体操 9:30 女声コーラス 13:00	気功13:30	民謡踊り 9:30 ピンポン13:15 骨太けんこう体操15:30	女子卓球13:30
28	29(昭和の日)祝	30	R 6年 2月 2 1日 俳句教室から			
		パーク 9:00(J 17場) ヨーガB 13:30 ストレッチクラブ 19:00	雪明かり三時に起きて五七五 鈴木幸美 芽吹くもの探して庭を二歩三歩 坂本秀子			