



瀧神社例大祭開催



令和5年4月9日(日)
瀧神社例大祭が厳かに開催されました。

地域の安全祈願を涼ヶ岡八幡神社禰宜の遠藤宮司様にご祈禱して頂きました。

白龍会による舞(神楽舞・剣舞)の奉納が行われました。神楽舞では、地域の人達が無病息災であります様に、神楽に頭を噛んで貰いました。



～自分を知る～ マヤ暦講座開催



4月18日(火)に、『マヤ暦ガイダンス講座』を行いました。講師に畑中昌子さんを迎え、古代マヤ文明の暦法、マヤ暦をもとに読み解くマヤ暦占いについて学びました。マヤ暦を使って自分にどのような才能や性質、本質などを持っているかを知りました。自分を知る事で自分のいいところ悪いところに気づき、誰しもが自分らしく、楽しく生きる手助けになるとのことです。参加者から「マヤ暦をもっとしりたい」「自分のことが少しわかって楽しかった」との意見があり、皆さんと楽しく学習できました。

※(補足)マヤ暦とは、古代マヤ民族が使っていた暦で太陽や月、星の動きや天文学を読み取り独自の観念を織り交ぜてできた暦です。



講師 畑中 昌子さん

第245号
令和5年
5月15日
山上字上ノ台1-1
0244-32-5009

～60周年記念～ 山上老人クラブ総会開催 高齢者教室で副市長の講話を聞く

相馬市の高齢者政策ほか



相馬市副市長
阿部 勝弘



記念品の贈呈

山上老人クラブ高砂会は、4月21日(老人憩の家清流荘にて)新型コロナウイルス感染症の影響を受け、3年ぶりとなる総会を開催し、老人クラブの法律が改正されてから60周年を迎えました。

総会に先立ち阿部勝弘副市長を講師に迎え、『相馬市の高齢者施策』というテーマで高齢者に関する相馬市の施策のほか、度重なる地震災害からの復旧状況などの講演をいただきました。

阿部副市長は、「今後、認知症予防や早期発見のためにも人との交流が重要になってきます。また健康増進につながるため、公民館の各教室などに積極的に参加いただきたい。市は高齢者のみなさまを応援していきます」と述べられ、さらなる高齢者への活動に期待しておりました。

講演後の総会では、傘寿の御祝として記念品の贈呈や令和5年度研修・奉仕活動の事業計画が承認されました。





三館合同企画講座 スマートフォン講座



山上・日立木・八幡公民館合同で、スマートフォン初級講座を全2回で開催します。

基本操作・カメラ・メール・アプリ等の基本操作を学びます。

○開催日 6月 6日 (火) 入門編
6月13日 (火) 基礎編

○時間 13:30~

○定員 8名

○場所 八幡公民館 会議室

○講師 NTTドコモ 相馬店スタッフ

○参加費 無料

○持ち物 ご自分のスマートフォン・取り扱い説明書
※どちらの通信会社をお使いの方でも参加いただけます。



山上公民館企画講座

アロマテラピー

ハンドマッサージ講座

アロマの選び方や、脳内リラックスを感じるリラクゼーションハンドマッサージを行います！

☆開催日 6月30日 金曜日

☆時間 13:30~

☆定員 10名

☆場所 山上公民館 会議室

☆講師 齋藤 享子さん

☆参加費 1,000円 当日集金

☆持ち物 ハンドタオル



山上公民館 けんこう料理講座開催のお知らせ

3年ぶりの料理教室を開催いたします。わきあいあいと、旬の食材を使って家庭料理を作りませんか？男性の方の参加も大歓迎！参加お待ちしております。

☆開催日 6月15日 木曜日 ☆時間 9:00~

☆定員 5名 ☆講師 千枝浩美先生

☆参加費 800円 当日集金

☆持ち物 三角巾 エプロン マスク タッパー



日	月	火	水	木	金	土
6月 行事予定				元気モール10:00 狂犬病注射 13:20~13:30	2	3 混声合唱13:30
4	5	6	7	8	9	10
	手芸9:30 フラ10:00	八幡公民館 スマホ講座13:30 紅会13:30	混声合唱13:30	高砂舞踊13:30	ニュースポーツ講座 10:00	混声合唱13:30
11	12	13	14	15	16	17
	フラ10:00 民謡19:00	八幡公民館 スマホ講座 13:30	民生委員会13:00 混声合唱13:30	健康料理9:00 元気モール10:00		混声合唱13:30
18	19	20	21	22	23	24
俳句9:00	手芸9:30 フラ10:00	紅会13:30	生け花9:30 混声合唱13:30	高砂舞踊13:30	ニュースポーツ講座 10:00 区長会13:30	混声合唱13:30
25	26	27	28	29	30	
	民謡19:00		混声合唱13:30		企画講座 アロマテラピー 13:30	