

3月



3月も半ばになりましたが、早くいい季節がやってきて欲しいですね！！

令和5年度もまだ半月程ありますが、今年度を振り返ります！！

公民館事業

【講座・教室】

<元気いきいきサロン> = 共催 =

- * 毎月第2火曜日 = 佐田公民館多目的ホール =
- ・ 10回開催・参加者延べ127名(2月末現在)
- ~引きこもり防止・介護予防・健康寿命を延ばそう~



<さくら会> = 後援 =

- * 毎月第4火曜日 = 佐田公民館多目的ホール =
- ・ 6回開催・参加者延べ84名(2月末現在)
- ~小さな交流の輪をつないで大きくしよう~



<お菓子づくり講座>

- * 8/26(土) = 佐田公民館調理室 =
- ・ 講師 = 兼康美空さん(こひるさん)
- ・ 内容 = 手づくりクッキー缶
- ・ 参加者 = 4組6名



<健康教室> = 共催 =

- * 8/24(木) = 佐田公民館多目的ホール =
- ・ 講師 = 田中絵美子 (ほっとりハビリシステムズ・理学療法士)
- ・ 内容 = 日常使う筋肉の鍛え方
- ・ 参加者 = 10名
- * 12/5(火) = 佐田公民館多目的ホール =
- ・ 講師 = 管理栄養士(美浜町役場職員)
- ・ 内容 = フレイル予防の食事について
- ・ 参加者 = 17名



<ヨガ教室> = 共催 =

- * 7/7 (金) = 佐田公民館多目的ホール =
 - ・ 講師 = 小幡睦月さん(マハナスタジオ)
 - ・ 参加者 = 11名(80代の方も元気に参加!)



<スマホ教室> = 共催 =

- * 11/1 (水) = 佐田公民館多目的ホール =
 - ・ 講師 = 嶺南ケーブルネットワーク
 - ・ 内容 = 初級(2コース)・中級(2コース)
 - ・ 参加者 = 4コース延べ 26名



<体力測定会> = 共催 =

- * 11/17 (金) = 佐田公民館多目的ホール =
 - ・ 講師 = 水江真也さん
(フィットネスパレオ若狭)
 - ・ 内容 = 体力年齢チェック
 - ・ 参加者 = 13名(皆さん若かったです!)



<健康づくり活動基礎研修会> = 共催 =

- * 2/28 (水) = 佐田公民館多目的ホール =
 - ・ 講師 = 達川仁路さん
(リハぷらす・理学療法士)
 - ・ 内容 = 各分野での健康づくりの基礎
グループワーク
 - ・ 参加者 = 21名



[恒例事業]



<東地区プール> = 4年振り一般開放 =

- * 7/21(金)~8/10(木) = 開場期間 (18日間)
(しかし猛暑で13日間午後休場 = 残念)
- ・ 利用者 = 230名
 - ・ 5/26 (金) = 東地区プール運営委員会
 - ・ 6/14(水) 16(金) = プール清掃



<山東5区合同敬老会> = 通常開催は中止 =

- * 10/22 (日) = 記念品贈呈 (4年連続)
- ・ 対象者 = 359名
 - ・ 実行委員会 (第1回 8/3・第2回 9/6)
 - ・ 当日記念品袋詰め作業 (佐田公民館)
その後、5区内で役員が各宅へ持参



<山東公民館ゲートボール大会>

- *12/3(日) = 西郷健康ひろば屋内運動場
 - ・8チーム = 山上 AB・太田・佐田
北田 AB・菅浜 AB
 - ・優勝 = 佐田、準優勝 = 山上 B、第3位 = 太田
- ～おめでとうございます！！～



【情報発信】



<各種会議等> = 山東公民館運営委員会 4/19(水) ・各種打合せ等 = 随時実施

<山東公民館だより> = 毎月1回発行 (第77号～88号) <フェイスブック> = 14回投稿

地域の情報



<織田神社例大祭>

- *5/11(木) 開催
- ・4年振りに「王の舞」「浦安の舞」が奉納



<美浜ネクサス> = 10月に発足 =

- ・「美浜イースターズ」と
「美浜ブルーウェーブ」が合流



<東小体育大会>

- *6/3(土) 開催
- ・今年のスローガン
～協力して最高の思い出を作ろう～



<東小なわとび大会>

- *2/2(金) 開催
- ・種目は「持久跳び」「おおなわ跳び」
「エキシビジョン」



<閉会式の後>

～うれしい出来事がありましたよ！！～

大谷翔平選手からプレゼントされたグローブが

お披露目されました！！



Thank
you!

山 東 公 民 館

美浜町山上 1-11-1

(佐田出張所内・TEL・38-1001)

(館長) 上田 秀夫 ・ (主事) 西下 恵子