

回覧



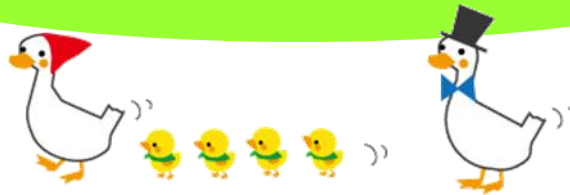
3月

山東公民館だより

第 100 号

令和 7 年 3 月 10 日発行

(H28・4・15 創刊)



平成 28 年 4 月創刊の「山東公民館だより」今回記念すべき「第 100 号」

を発行することが出来ました！！ ～ ありがとうございます！！ ～

～ R6 年度の活動内容等を写真で振り返ります ～

(活動＝主催・共催・後援・支援)・(地域の情報)



【元気いきいきサロン】
毎月基本第 2 火曜
11 回延べ 170 名参加
(R7 年 2 月現在)



【さくら会】＝自主活動＝
毎月基本第 4 火曜
9 回延べ 139 名参加
(R7 年 2 月現在)



【ヨガ教室】
7 月 26 日 10 名参加
年配の方も「笑顔で楽しく」
やっていました！

【元気いきいきサロン】と【さくら会】は同じメンバーです



【健康づくり活動基礎研修会】
8 月 8 日 18 名参加
講師のユーモアたっぷりの
指導の下、「和気あいあい」
と楽しく頑張っていました！



【ストレッチ＆筋トレ教室】
11 月 15 日 9 名参加
児童や 80 代の方も
負けてはいません！



【スマホ教室】
11 月 27 日 7 名参加
スタッフの皆さんに、ていねい
に教えてもらいました！



【健康教室】(第1回)
「日常使う筋肉の鍛え方」
8月20日 12名参加
皆さん「スカッとした表情」
で帰られました！



【健康教室】(第2回)
「体全体のケアについて」
12月3日 14名参加
いろんな「予防や衰えを回復」
させるやり方を学びました！



【健康教室】(第3回)
「オーラルフレイルとは？」
3月4日 15名参加
口腔機能の衰えを予防する
対策を「楽しく」学びました！



【認知症予防講座】
11月27日 7名参加
認知症を正しく知り
「楽しみながら予防」する
内容を学びました！



【敦賀市立看護大学生との交流】
7月9日 12名参加
地区を散策した後
サロンの皆さんと
「意見交換」をしました！



【山梨5区合同敬老会】
対象者 362名の
皆さんに、記念品を贈呈
させていただきました！



【プール清掃】
6月12日
シルバーさん 8名、職員 2名
で きれい にしました！



【プール開場】
7月20日～8月9日
午前中のみ
11日間開場 147名利用



【美浜町ゲートボール大会】
11月22日
今年から「4館合同」で開催！
(15チーム参加)



【美しい浜プロジェクト IN 水晶浜】

4月21日 約200名参加

中学生や保護者同伴の子どもたちも参加
美浜町の「美」しい「浜」を守るため
沢山のいろんなゴミを回収しました！

【なびあすアートフェスタ】

11月3日～8日

4館も活動内容等の
「パネル」を展示！



【織田神社例大祭】

5月11日

5年振りに「神輿」「獅子舞」
「そと舞」が復活！

【どんど焼き】

1月12日

様変わりしてきていますが
「伝統文化」を守っています！

【佐田老人クラブいきいき活動】

月1回体操やゲームをして
楽しんでいます。

9/1には「町制施行70周年」
のDVDを観てもらいました！



【東小体育祭】

6月1日

大会スローガン

「全力を出し切ってみんな楽しもう！」
どおり楽しく頑張っていました！

【東小マラソン大会】

10月31日

爽やかな 天気の下
やる事ができました！

【東小なわとび大会】

1月31日

半そで、半ズボン姿も！！
練習の成果を十分に出して
いました！

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