



鏡餅、卯ぬいぐるみ：廣川和美様 生け花：北山敏子様作品



あけましておめでとうございます。
 新年に入りましたが、社会状況はなかなか
 好転しません。
 そんな中でも工夫次第で行える活動もあります。
 地域の皆様、老若男女を問わず、どうぞ公民館を
 ご利用ください。
 本年もよろしくお願ひ申し上げます。

大野地区公民館 管理運営委員一同
 職員一同

門松：保坂高義様作品

1月17日(火) からだメンテナンス おわりました

大野地区公民館
市福祉事務所
包括支援センターみやまの里

理学療法士の川原清子さんを講師にお招きし、12名が参加。

初めに市福祉事務所の田村なおみ支え合い推進員から
フレイル予防や地域包括支援についての
説明がありました。

その後、各自の今のからだの現状に
あった体操を教えてくださいました。

開始から終了まで、川原講師の軽快なトークと参加者の楽しい会話などで
笑い声をとまることなく、帰りはからだもこころも軽くなりました。



参加者募集

今後の予定

日時 2月7日(火) レクリエーション 講師 吉原久美子
2月16日(木) コグニサイズ らっくねす

時間 13:30~15:00 両日とも

持ち物 マスク、タオル、飲み物、動きやすい服装(内履き不要)

参加費: 無料 各回定員15名 お問い合わせ・申込みは公民館まで ☎552-0091

お知らせ

小学生親子を対象に組手仕で
(くぎやネジを使わずはめ込んでくみたてる)

棚づくりを3月11日(土)企画しています。

詳細は次号でお知らせいたします。

図書室より…

次回入替は **2月3日(金)** の予定です。

リクエストお待ちしております。

大野俳壇

初雪や松の小枝をつつき上げ
初明りかなえたき事三つあり
松過ぎて待ったは無しの早き日々
初夢も忘れて終ふ齡かな
雑煮炊く物流事故で芹を欠き
新調の靴で雪踏む不安なし
ケラ突く音のみ有りて山眠る
しらじらと檜山昇る冬の月
四方の峰己がふる里雪催ゆきももこい
コロナ禍の歳暮は主の文添えて
杉落葉拾う人無し里山に

久右工門
久右工門
美枝子
美枝子
鬼哲
鬼哲
あきら
あきら
琴城
琴城
閑鳥

参加者募集 ゆっくり歩こう会

12月~3月の冬期間は屋内事業

〈 出前講座 “介護予防で元気でいきいき”

屋内事業第3弾 **第2回フレイル予防教室** 〉

と き 2月17日(金) 9:00集合

会 場 大野地区公民館 会議室
前回の復習・検査結果説明等

持ち物 参加費200円、昼食代1,000円
マスク、飲み物、内履き
運動できる服装(ストッキング・タイツ×)

〆 切 2月9日(木)

連絡先 552-6707 (荻野 常雄)