

磯部地区公民館だより

磯部地区の皆様、稲刈りも終わり、最近すっかり冷え込んでまいりましたが、健やかに過ごしてはいかがでしょうか。風邪をひかぬようお気をつけください。公民館では体を動かし、脳を働かせて皆様の健康づくりに協力できるような事業を企画しています。皆様の積極的なご参加をお待ち申し上げます。



磯部地区公民館長 村田勝男

事業報告

認知症予防講座 コグニサイズ体験 10月5日(金)

デイサービス“らっくねす”所長の渡辺さんを講師に迎え、認知症予防講座を行いました。

コグニサイズとは、認知症予防を目的とした脳トレや軽運動のことをいいます。数を数えながら手足を動かしたり、右手と左手で違う動きをしたりと、すこし複雑なゲームもありますが、“間違ふこと”が脳にはとても良い刺激になります。笑いがあふれる楽しい会になりました。



磯部地区囲碁ボール大会 10月21日(日)

囲碁ボールは、スティックでボールを打ちながらマットの上に白と黒のボールを並べていくゲームで、お年寄りから子どもまで、年齢、性別、体力を問わず、だれもが楽しめるスポーツです。

磯部地区では今年初めて開催し、各地区から全5チームが参加し優勝を競いました。

ほとんどの方が初めてでしたが、大会は大いに盛り上がりました。





行事予定

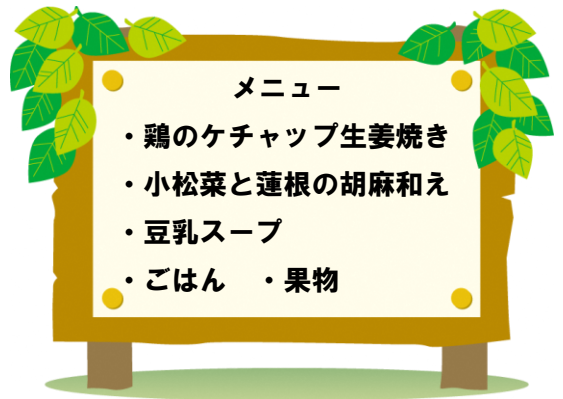
バスで行く文化学習会 弥彦菊まつり

日時 11月8日(木) 午前8時～17時30分
 行き先 弥彦方面
 定員 25名(先着順)
 参加費 2,500円(昼食代等) *当日集金します。

おかげさまで、募集定員に達しましたので、受付終了とさせていただきます。
 誠にありがとうございました。

料理で学ぶ生活習慣病予防 脳血管を守る食事

日時 11月15日(木) 午前9時30分～12時30分
 場所 磯部地区公民館
 対象 磯部地区にお住まいの方
 定員 10人(先着)
 参加費 300円
 内容 高血圧予防の講話、味覚チェック、調理実習
 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル
 申込み 10月25日(水)から11月7日(水)の間に
 磯部地区公民館までお申し込み下さい



磯部地区ビーチボールバレー大会

日時 12月2日(日) 午前8時分から12時まで
 場所 磯部小学校体育館
 対象 磯部地区在住の方
 申込み 11月26日(月)までに各地区公民館長へお申込みください
 ルール 6人制のビーチボールバレー大会です。
 メンバーのうち、中学生以上の男子は2名以内でプレーしてください。



★磯部地区公民館 利用申請方法★

1. 公民館窓口か電話で、空き状況を確認してください。
2. 空きがあれば、窓口で利用申請書を書いて提出してください。
 ※PTAや地区など、利用料免除となる団体については申請書の記入が不要となりました。詳しくは公民館までお問い合わせ下さい。
3. 受付時間
 月曜日～金曜日 8:30～17:15
 連絡先…磯部地区公民館(電話:025-567-2092)

