

中能生地区公民館だより

フレンズ 7月号

令和7年7月25日発行

No. 129

TEL・FAX 566-5423

E-mail
nakanouko@bz04.plala.or.jp

—これからの行事予定—

第2回 なかのう「夏祭り」



日時：7月26日（土） 午後5時～8時

◆盆踊りのほか、綿あめ、焼そば、フランクフルトなどの屋台。さらに射的、メダカすくいなどがあります。

サマー寺子屋

日時：7月28日（月）～8/1日（金）までの5日間、午前9時～11時30分

内容：夏休みの宿題、自主学習、後半は工作などをします。

（ゲーム・マンガ等、遊び道具は持込み禁止）

持ち物：学習道具、飲み物、タオル、帽子



とびだせサマー寺子屋

日時：8月6日（水） バスを利用して一日出掛けます。

行先：上越方面 対象：中能生小学校3年生以上

◇詳細は小学校を通じて児童へチラシを配布しました。



出前講座

骨コツフレイル測定会

8月29日（金）

午前9時30分～11時00分

握力・足趾力・咀嚼力・骨密度の測定、栄養コーナー、ミニ講話などあります。



☆参加対象は、中能生地区在住の方

手作り教室 クラフト作品

9月9日（火） 午前

子ども料理教室

9月27日（土） 午前

軽運動教室

9月下旬から11月下旬 夜
（隔週木曜日）

※各事業の詳細については、後日配布のチラシでご確認ください。

— お知らせ① —

スカットボール、輪投げの練習を楽しみませんか

日時：8/20（水）、9/3（水） 午前9時30分～11時30分

場所：公民館軽運動場（冷房完備）

※申込み不用、個人でもグループでも自由にお使いください。



— お知らせ② —

- ◆ 8月6日（水）、14日（木）、15（金）は 職員不在になります。

緊急連絡先：080-1187-5094（館長）

- ◆ 8月14日（木）～20日（水）に利用希望の方は、8月13日（水）までに利用申込みをお願いします。



— 事業報告 —

映画鑑賞会 6/19（木）上映作品『そして父になる』

参加者24名で開催しました。終了後の感想では、「親子のつながり、子供の心を知ろうとする事の大切さ」「育ての親の有難さを身にしみ心があらわれた心境です」「人情愛が良かった」など。また見るのは2回目という方もいらっしゃいましたが、もう一度見れて良かったと喜んでいただきました。



出前講座 第2回 6/25（水）「ヨガでリフレッシュ」

ヨガ講師の渡辺和代さんと参加者6名でゆったりとした動きのやさしいヨガで身体と心をほぐしてリフレッシュしました。「気持ち良かった。又参加したい」「もう少し時間が長めでも良い」などのご意見をいただきました。



能生地域グラウンドゴルフ大会 6/28（土）

中能生地区からは、ザ・トライ東能生A・Bと、はしらみちパールズの3チーム参加しました。暑い中皆さん健闘されました。

おつかれさまでした。 ザ・トライ東能生A：3位
ザ・トライ東能生B：10位
はしらみちパールズ：14位



輪投げ大会 7/4（金）

参加者15名で6回戦を行いました。

1位 丸山 信子さん 2位 利根川 外松さん
3位 川邊 昌子さん 4位 利根川 保子さん
5位 渡辺 基さん

能生谷ソフトボール大会 7/6（日）

優勝：上小見

準優勝：下倉・高倉・藤後B

3位：鶉石 たいおう

フェニックス優勝：大沢

手作り教室 クラフトテープで作る「バスケット」7/9（水）・7/16（水）

参加者6名。皆さんお話をしながら楽しく作品を制作しました。2回目の完成後は記念撮影をして終了しました。参加者さんからも毎年好評で、喜びのお言葉をたくさんいただきました。

