

歌外波地区公民館だより

歌外波地区公民館 〒949-0307 糸魚川市大字歌861

TEL/FAX 562-3032 メール utatonamiko@bz04.plala.or.jp



令和 6年 7月10日

No. 124

参加者募集

おしゃべり会

と き: 7月17日(水)13:30~15:00

ところ: 歌支館

持ち物: 必要な方はメガネ

内 容: おしゃべりしながら、PPバンドで金魚を作ります。

避難訓練あります
ご協力お願いします

リズムダンス

と き: 7月19日(金)、8月2日(金)10:00~11:00

ところ: 歌支館

持ち物: 動きやすい服装、内履き、タオル、水筒など

《市福祉事務所共催事業》

出前講座 フレイル予防レク教室 1回目

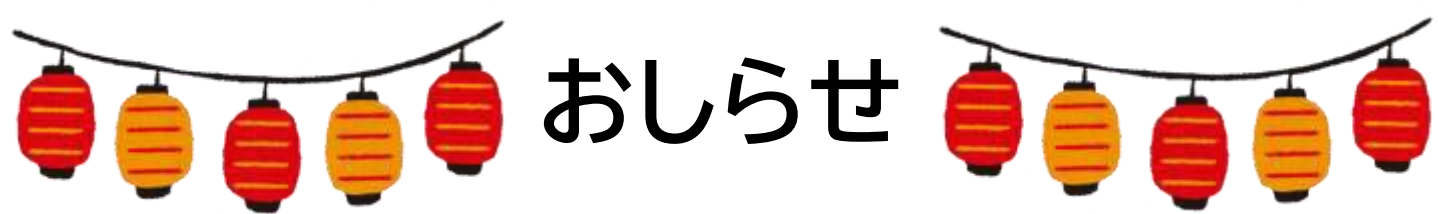
と き: 7月22日(月)10:00~11:30

ところ: 外波支館

内 容: 講話、握力、足趾力、咀嚼力の測定、軽体操

その他: 2回目の教室は8月26日(月)に

健康講話「お口の健康」を予定しています。



おしらせ

第54回 おうみ祭り・糸魚川大花火大会

会場：青海シーサイドパーク

令和6年7月27日(土)

15:30～ たざわの輪 なぎさドームライブ

16:00～ 夜店

16:30～ 子ども対象イベント

18:30～ フラダンス

18:50～ よさこいソーラン

19:15～ 大民謡流し(20:30終了)



令和6年7月28日(日)

16:00～ 夜店

17:00～ 子ども対象イベント

17:40～ ストリートダンス

18:00～ チアリーダーディング

18:20～ 民謡

18:40～ 越後・親不知太鼓、子不知太鼓

19:30～ 糸魚川大花火大会(20:30終了)



・荒天の場合は、糸魚川大花火大会は29日(月)または30日(火)に順延となります。その他の行事は中止となります。

・会場周辺で車両の混雑が予想されます。ご来場の際は公共交通機関またはシャトルバスをご利用ください。

・詳しくは、広報おしらせばん7/10号をご覧ください。下記へお問い合わせください。

問合先：おうみ祭り実行委員会事務局(青海町商工会内) ☎562-2352

事業報告

《青海ふるさとウォーキング》

6月2日 市振～玉ノ木周遊は、雨天のため中止になりました。

《リズムダンス》 6月7日、21日 歌支館



前回の曲を復習し、今月から新しい曲にチャレンジ中。こまめに水分補給をしながら楽しみながらダンスしています。

《花いっぱい運動》 6月10日 外波支館 14日 歌支館

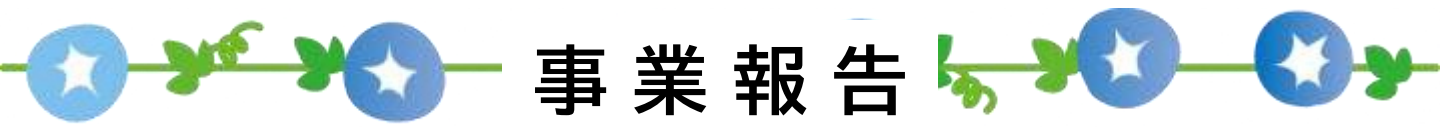


市の花いっぱい運動に参加いただいた花の苗を、地域の方に協力していただき植えました。

《切り絵教室 2回目》 6月15日 歌支館



2回目の切り絵教室を行いました。折り紙や画用紙などを使い色付けを始める方、早い方は1作品目を完成された方もいました。



事業報告

《ニュースポーツ》 6月19日 歌支館



トリコロキューブを行いました。赤・黄・青色のチームに分かれ対戦しました。

《出前講座 お口の健康教室》 6月26日 歌支館



歯科衛生士さんからオーラルフレイルについて講話していただきました。8月に外波支館でも行いますので、ぜひご参加ください。

《ボウリング大会》 6月29日 ノースランドボウル黒部



ボウリング大会を開催しました。みなさん数十年ぶりのボウリングでスペアやストライクが出ると、大歓声や拍手がおきていました。

《サマーグリーン活動》 6月30日 天険広場周辺



子どもから大人まで多くの方にご参加いただき、グリーン活動が行われました。ジオパークガイドの説明を聞きながら、コミュニティーロードやレンガトンネルを歩きました。