

公民館だより

令和5年11月号
No. 322

やまとがわ

発行 大和川地区公民館
TEL/FAX 552-3101



発行日：11月10日 〒941-0007 糸魚川市大和川 6346-1 Eメール yamatoko@bz04.plala.or.jp

運動が苦手な方でも安心！

募集中

シニアのための やさしいヨガ教室

誰でも簡単に出来るヨガストレッチです。

日時 12月6日(水) 9:30~10:30

会場 大和川地区公民館

参加費：無料

持ち物：水分 タオル

申込み：12月4日(月)まで



血行促進
やる気アップ

期待できる効果

肩こり
腰痛改善

精神安定
脳の活性化

切り絵で作るお正月の「さげがみ」作り

日時 12月15日(金) 9:00~11:00

会場 大和川地区公民館



講師 和田克彦さん

参加費 200円

定員 20名

申込み 大和川地区公民館まで

持ち物 ホッチキス ハサミ スティックのり
デザインナイフ カッティングマット
(用意出来ない方は、公民館で用意した
ものをお使いください。)



人口及び世帯数	糸魚川市	男	19,092	女	19,897	合計	38,989	世帯数	17,079
令和5年11月1日現在	大和川地区	男	1,732	女	1,756	合計	3,488	世帯数	1,559

みんなの作品展を開催しました。

10月26日(木)から10月29日(日)までの4日間、公民館で「みんなの作品展」を開催しました。会場には園児から大人まで幅広い年代の方々の素晴らしい作品が展示され、たくさんの人達から鑑賞していただきました。

また、今年は地域の方が丹精込めて育てられた「菊」も展示して、会場に華やかさを添えていただきました。



素晴らしい作品にため息が・・・



講演会

～「がん」を知り糸魚川で過ごすために

作品展期間中の10月28日(土)に、糸魚川で病気と向き合う～「がん」との正しい付き合い方～をテーマに、糸魚川病院の膵臓・胆道センター副センター長の澤田先生を講師にお迎えして、講演会が行われました。

がんの基礎知識について教えていただき、検診を活用することの大切さや早期発見、早期治療につなげるために多くの大学病院と連携して、高いレベルの治療に取り組んでいる事をお話しされました。

会場には予想以上に大勢の方がお越しになり、メモを取りながら真剣に聞き入っていました。



大和川俳壇

- ・ 里の秋視界に余る水平線
 - ・ 天高し焼山くつきり見えにけり
 - ・ 虫の音にさそわれ唱歌口ずさむ
 - ・ 椿の実拾ひ亡き人思い出す
 - ・ 柿十個挽ぎて午後から同級会
- 【ちびっこ俳句】
- ・ おすそわけ熊汁なべのままとどく
 - ・ 寒くなりもうすこしだけ寝ていたい

【公民館職員不在のお知らせ】

日 時 11月17日(金) 8:30～17:15

*公民館事業のため、職員が不在となります。

ご迷惑をおかけしますがよろしくお願い致します。

日馬 のぶ
野本 清風
石田 一枝
小竹 キクエ
中谷 みつえ
近喰 きよまさ
前田 さやか