

あけまして おめでとうございます

新年早々「グラグラぐらぐら」、能登半島地震で今年が始まりました。能登半島では、地震に加え「大雨による被害」が重なり大変な一年だったと思います。また、全国的にも「地震」や「線状降水帯による土砂崩れ」など、被害がたくさん出た一年でもありました。

しかし、明るい話題もありました。パリオリンピックでの日本選手の大活躍、海の向こうの大リーグでの「大谷選手の50-50達成」や「ドジャースの世界一」など我々を笑顔にさせてくれました。

また、公民館の事業も大盛況でした。特に、募集開始からわずか30分で定員がいっぱいになった「出石探訪の旅」と「キムチ作り」は、大好評でした。

私たち職員にとってとても励みとなりました。来るべき年でも「笑顔で対応、笑顔を生み出す公民館」をモットーに、職員一同頑張りますのでよろしくお願いいたします。

鹿野地区公民館職員一同



料理教室

～キムチづくり～ 12月13日(金)実施

毎年、講師の井伊礼子さんに教えていただくキムチは、イカの塩辛や塩アミ、りんごやゆず、人参など様々な食材が入っているので、とても食べやすく美味しいと大好評です。漬けたキムチが食べられるのは、2日後ですが、皆さん、楽しみに持ち帰っておられました。



参加者募集

1月の予定



毎週火	健康マージャン 9:00～ 鹿野地区公民館
6(月)	冬休み子ども塾 第4回新春オセロ大会 9:30～ 鹿野地区公民館
9(木)	スパイスカレーを楽しむ会 10:00～ 鹿野地区公民館
10(金)	機能改善健康教室 9:30～ 鹿野地区公民館
20(月)	しゃんしゃん体操教室 9:30～ 鹿野地区公民館
	冬の手仕事 ソーイング教室 13:30～ 鹿野地区公民館



●お問い合わせ・お申し込みは鹿野地区公民館へお気軽にお電話ください。(TEL 38-0022)

冬の手仕事 地域の仲間づくり事業

ソーイング教室 ～巾着バッグ～



日時：1月20日(月)13:30～
場所：鹿野地区公民館
講師：桂 はな子さん
参加費：300円
持ち物：裁縫道具・ミシン(お持ちの方)
申込み：1月14日(火)締切
※布地を持参の場合、
表布・裏布巾90×縦55cm各1枚
持ち手部巾28×縦50cm



●見本は公民館にあります●

定期教室のご案内



	教室名	時間	申込・参加費	内容	持ち物
毎月第2月	しゃんしゃん体操	9:30～10:30	不要	介護予防と地域のふれあいを目的として普及員さんを中心に、お口体操やリズム体操も行っています。	飲み物
毎週火	健康マージャン	9:00～12:00	不要	「賭けない・吸わない・飲まない」を合言葉に「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を行っています。	飲み物
奇数月第2木	スパイスカレーを楽しむ会	10:30～12:30	要	普段はスパイスカレー好きが集まり作っています。年3回は、講師にインドの本格スパイスカレーを教わります。	参加費
毎月第2金	機能改善健康教室	9:30～11:00	不要	腰痛、肩こりなどの緩和に佐々木ターミ-さんを講師にストレッチを行っています。また、毎回体力測定も実施。	飲み物 タオル
年間6回	健康ゲーム体験	9:00～12:00内 お好きな時間	不要	ゲームを通して脳の活性化や認知機能低下の予防、健康維持を目的に実施。太鼓やテニス、バレー、ゴルフなど	飲み物

※ 健康ゲーム体験・・・詳細は来年度のチラシをご覧ください。

他の地区に住んでおられる方も、鹿野地区公民館の事業にご参加ください！！