

5月 修立公民館だより

[第319号]

令和7年5月1日

修立地区公民館

TEL 26-5914

FAX 26-5918

http://chiiki.city.tottori.tottori.jp/shuritsu-1
mail:cc-shuritsu@it.city.tottori.tottori.jp



(HP)

★健康相談5月22日(木)

＜内容＞ 血圧測定
足指力測定あり
他

主催 健康づくり推進委員会



5月の公民館事業

<子どもと大人の将棋教室>

令和7年度も毎月第2土曜日に開催します。

日時 5月10日(土)
9:30~11:00

場所 修立地区公民館

講師 松田 隆さん

※今年度最初の将棋教室です。

※大人の方も一緒に将棋を指しませんか?
当日参加もOKです。



<eスポーツ教室>

日時 5月13日(火)
13:30~15:00

場所 修立地区公民館

※詳しくは回覧をご覧ください。

<ガーデニング教室>

(女性の会共催)

日時 5月16日(金)
13:30~15:00

場所 修立地区公民館

費用 実費

※詳しくは回覧をご覧ください。

<日帰りバス研修旅行>

日時 5月17日(土)
6:40(公民館集合)

出発 7:00~帰着 20:00

行先 小豆島

※詳しくは回覧をご覧ください。

<第28・29回修立シアター>

上映映画「フォレスト・ガンプ」

日時 <昼の部> 5月20日(火)
13:30~上映開始

<夜の部> 5月22日(木)

18:00~上映開始

場所 修立地区公民館

※詳しくは回覧をご覧ください。

令和7年度の修立地区公民館の取組みについて

館長 豊福 聡

令和7年度が始まって早ひと月が経とうとしています。以下に、今年度の中心となる取組みを紹介します。

1.<今年度の合言葉>

4年続けて同じ合言葉です。

「参画」は「参加」とは違います。ただ単に居るだけの「参加」から一歩踏み込んで、事業の計画や活動に自分から主体的に関わる「参画」する修立地区を目指したいと思います。

そして、「声かけ」は単に言葉をかけることとは違います。相手の立場に立って、相手のことを思いやり、相手を尊重した一言一言の積み重ねを意味します。「声かけ」は、じんわりと効果がしみこむ「肥えかけ」でもあるのです。かけ続けてこそ効果が出てきます。どうぞ地域のみなさん、互いに「声かけ」をしましょう。

参画と声かけで地域に広げるみんなの笑顔



2.<今年度の公民館主催の目玉事業>

> 「eスポーツ+カフェ」

eスポーツ(「太鼓の達人」や「ボウリング」等)を楽しみながら、休憩時間や活動後に参加者みんなでワイワイおしゃべりしませんか。どなたでも参加できます。

> 「世代間交流事業」

これまで実施していた「子供会横断的事業」を、装いも新たに、世代間の交流をさらに深めるような事業として実施します。昨年は魚釣りに行きました。今年も楽しいイベントが待っています。

> 「宿泊体験学習(子供対象)」

今年でなんと23回目の開催になります。今年は、県外での宿泊体験(様々な体験+自分たちで食事を作って生活)を予定しています。

> 「地区文化祭」

今年度は「文化祭」の年です。修立地区のビッグイベントとして、楽しい活動をたくさん考えていきたいと思っています。どうぞご期待ください。



異動のご挨拶

この度3月31日をもって、通いなれた修立を離れ美保南地区公民館に異動することになりました。修立にきて11年、地域の皆様には本当によくしていただきました。皆様の温かさに生まれ、修立での日々はとても居心地がよく、そして楽しく充実したものでした。感謝の気持ちでいっぱいです。

大好きな修立から離れるのは、寂しくてとても残念ですが、新しい旅立ちだと思い、美保南地区公民館でも頑張っていくつもりです。

最後になりましたが、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りいたします。いつまでもお元気で、本当に本当にありがとうございました。またお会いできる日を楽しみにしています。

湯村 みどり

新任のご挨拶

今年度より修立地区公民館にて勤務することになりました 城戸 宜子(きこのりこ)です。公民館には初めて勤務させていただきますが、地域の皆様と結んで頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

城戸 宜子

日	曜日	行 事	グループ・サークル
1	木	民児協定例会	しゃんしゃん体操 双葉会
2	金		山の手コーラス 民踊はまなす 遊布々 田中様
3	土	憲法記念日 事務室閉室	
4	日	みどりの日 事務室閉室	
5	月	こどもの日 事務室閉室	
6	火	振替休日 事務室閉室	
7	水		英会話 双葉会 粟谷会 朗唱の会
8	木	青少年育成サポート会議総会	体軸体操 双葉会 おたべ食堂(1班)
9	金	民児協役員会	山の手コーラス 民踊はまなす
10	土	(公) 子どもと大人の将棋教室	アミーゴ
11	日		修立書道
12	月		加藤式呼吸法 双葉会
13	火	(公) eスポーツ教室 修老連定例会	大正琴
14	水		医療生協 双葉会 粟谷会
15	木		英会話 しゃんしゃん体操 双葉会
16	金	(公) ガーデニング教室 (女性の会共催)	山の手コーラス 民踊はまなす 遊布々
17	土	(公) 日帰りバス研修旅行(小豆島) 事務室閉室	アミーゴ
18	日	一斉清掃	
19	月		加藤式呼吸法 双葉会 ヘルマンハープ 3B体操
20	火	(公) 修立シアター(13:30~)	大正琴
21	水		双葉会 のぎく 朗唱の会
22	木	(公) 修立シアター(18:00~)	しゃんしゃん体操 英会話 切り絵 おたべ食堂(2班)
23	金		山の手コーラス 民踊はまなす
24	土	修立小学校運動会	アミーゴ
25	日	花いっぱい運動(植栽樹管理)	すずらん 修立書道
26	月	市街地ブロック人推協総会	加藤式呼吸法 双葉会 ヘルマンハープ
27	火		大正琴
28	水		双葉会 粟谷会 朗唱の会
29	木		英会話 双葉会
30	金		山の手コーラス 民踊はまなす 遊布々
31	土	事務室閉室	アミーゴ

※日程は変更になる事があります。ご了承ください。

裏面もご覧ください

公民館教室・サークル紹介

加入希望等のお問い合わせは、
公民館にお願いします。

教室・サークル名	開催日時	内容	募集
双葉会	毎週月曜日 13:00~16:00 毎週水曜日 9:00~12:00 毎週木曜日 14:30~17:00	謡曲・仕舞 	有り
加藤式呼吸法	毎週月曜日 13:30~14:30	呼吸法の実践 	有り
ヘルマンハーブ	第2・4月曜日 12:30~15:45	ドイツのヘルマン氏が創った楽器でいろいろな曲を練習。	なし
大正琴	毎週火曜日 13:30~16:00	幅広いジャンルの曲を練習。	有り
栗谷会	毎週水曜日 13:00~17:00	謡曲・仕舞 	なし
朗唱の会	毎週水曜日 18:00~20:00	詩吟	なし
のぎく	第3水曜日 13:30~15:00	医療生協の地域組合員の健康について	地域組合員
英会話	毎週木曜日 10:00~11:30	誰もが楽しめる英会話教室	有り
しゃんしゃん体操	第1・3・4木曜日 9:30~12:00	しゃんしゃん体操の他ストレッチや脳活体操などを取り入れ、音楽と共に楽しく活動	有り
切り絵	第4木曜日 13:30~15:30	切り絵	有り
山の手コーラス	毎週金曜日 10:00~12:00	コーラスの練習	有り
民踊はまなす	毎週金曜日 13:30~15:30	全国の民踊やレクリエーションダンスを練習 	有り
遊布々会	第2・4金曜日 13:30~15:30	手芸	なし
アミーゴ	毎週土曜日 18:00~21:00	ギターアンサンブル	なし
修立書道	第1・3日曜日 14:00~17:30	小学生から大人までの書道教室	有り
藍遊会	不定期 土曜日 13:00~	藍染	なし
すずらん	毎月1回	クラフトテープで小物づくり	なし
NEW 体軸体操	第2木曜日 10:00~11:00	健康的な身体づくりのための体操プログラム	有り
NEW eスポーツ教室	第2火曜日 13:30~15:00	任天堂スイッチを使い「太鼓の達人」「スポーツ」等の競技をします。	随時
NEW 3B体操	第3月曜日 10:00~11:30	肩こり、腰痛、フレイル予防体操	有り

NEW 7年度より開講の新サークル

公民館事業の様子

4月21日(月) 3B体操

3B体操協会 公認指導者の久岡賀代子さんにおいていただき、3つの用具(ボール、ベル、ベルター)を使い、音楽に合わせてエクササイズに取り組みました。運動が苦手な人でも、**気軽に、無理なく、楽しく、**体を動かせます。



ベルを使って、体の筋肉をのばすと、なぜか体がスッキリするんですね♪ 不思議～!



ボールを使っていろいろな運動してるからフレイル予防に最適よね!



令和7年度 町内会長の紹介(敬称略)

どうぞよろしくお願いいたします。



自治連合会会長
中町
御弓町
立川町1丁目
立川町2丁目上区
立川町2丁目下区
吉方町1丁目
吉方町2丁目
吉方温泉4丁目
南吉方3丁目
立川町5丁目2区
立川町5丁目3区

石本 昭雄
井口 睦之
齋藤 昌一
岸本 孝司
北浦 生雄
森脇 昇
君野 和彦
水野 一久
松田 隆
石本 昭雄
前田 昭道
松原 実

