

公民館だより

※公民館、体育施設は「一般社団法人ここからプラス」が管理、運営しています。ホームページはこちら➡



中央 ☎0974-22-2111 大野 ☎0974-34-2130
清川 ☎0974-35-3039 千歳 ☎0974-37-2069
緒方 ☎0974-42-3161 犬飼 ☎097-578-1281
朝地 ☎0974-72-0048
☎市内無料電話(9発信)をご利用ください

トピックス | 親子で一緒に歯の健康を考えて

7月1日に三重幼稚園、7月12日に東幼稚園で中央公民館第1回家庭教育学級を開催し、両園合わせて保護者15人と園児17人が参加しました。講師に歯科衛生士の高橋成子さんを迎え「乳幼児の歯の健康について」の講演。園児には紙芝居を通して歯みがきの大切さを、保護者には飲み込む前にあと5回はかむこと、歯を磨くときは小刻みに優しく磨くことや食育について話していただき、親子で一緒に歯の健康について学びました。



▲家庭教育学級の様子(三重幼稚園)

トピックス | スマホ教室を開催!

6月30日と7月5日に、清川公民館でスマートフォン教室を開催しました。スマートフォンの使い方を学習・理解し、もっと生活を豊かにしてもらおうと、今回初めて教室を開催。65歳以上の方31人が参加し、スマートフォンの機能や使い方など熱心に学びました。特に、コミュニケーションアプリには、仲間づくりやコミュニケーションを図るうえで欠かせないアプリがあり、参加者同士でメール交換等を行い、交流を深めていました。スマートフォンは高齢者にとっても日常生活に欠かせない情報ツールであるため、清川公民館では今後も必要に応じて教室を開く予定です。



▲スマホの操作を学ぶ参加者

トピックス | 令和4年度清川町

すこやかミニバレーボール大会

6月29日、清川中学校体育館で上記大会が開催されました。当日は6チーム36人が参加。まず2パートに分かれ各パート3チームでリーグ戦を行い、各パートの1位チームで優勝戦、2位チームで3位決定戦を行いました。大会結果は次のとおりです。

- 優勝 きゃべだんチーム
- 準優勝 ねぎだんチーム
- 第3位 ベンジャミンチーム



▲優勝したきゃべだんチーム



トピックス | 「福寿大学」第2回学習会を開催!

7月15日、朝地町高齢者学級「福寿大学」の第2回学習会を開催しました。「こころとからだをほぐそう~椅子にすわってできるヨガ体操~」と題して、朝地フレンドクラブのヨガインストラクター佐々木まみ先生の指導で、学級生16人がヨガを楽しみました。初めて体験された方が「機会があればまた体験したい」「体がほぐれて気持ちよかったです」と話していました。



▲椅子に座ってヨガ体操をする学級生