

入広瀬公民館だより

令和5年3月 第76号

入広瀬公民館

〒946-0304 魚沼市穴沢 215-1

TEL796-2322 FAX796-2767

令和4年度も、もうすぐ終わります。計画していた講座も、全部は開催できなく、ご迷惑をおかけしました。申し訳ございませんでした。

令和5年度は、心躍る楽しいことを、地域の皆さんと一緒にたくさんできたら嬉しいです。そして皆さんが気軽に立ち寄れる、居心地の良い、憩いの場となれるよう努力したいと思っています。

どうぞよろしく願いいたします。



講座の様子をご紹介します

9月

高齢者講座「足裏健幸講座」

足裏には人の身体が縮図のように現れていると言われていました。自分でできる簡単なセルフケアを教えていただきました。



10月

高齢者講座「認知症予防講座」

認知症について症状や原因など説明していただき、早期発見や予防について教えたいただきました。「コグニサイズ」という運動も体験しました。

「コグニサイズ」とは、認知機能トレーニングと有酸素運動を合わせた認知症予防運動のことです。



11月

高齢者講座「駐在講話」

還付金詐欺についてお話していただきました。実話をもとに作られた映像を見ながら犯人の巧妙な手口を解説していただきました。



おはなし読んで！（小出郷図書館）

絵本の読み聞かせと、クリスマスツリーの工作をしました。



2月

うおぬま市民大学

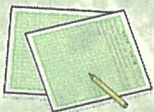
第1部「ありがとう作文優秀賞発表会」

市内の小学生が大切な人へ感謝を伝える作文コンクール
いろいろなありがとうの気持ちに感動しました。

第2部講演会「魚沼地方で育った私がアナウンサーになったワケ」

TeNY テレビ新潟アナウンサー 大平真理子さん

ドキュメンタリー番組の実際の映像を見ながら、記者の目線から見た、
今新潟が抱える課題などについてのお話を聞くことができました。



こあいさつ

☆☆お世話になりました☆☆

4月から守門公民館へ異動することになりました。

入広瀬地区の皆さまには長きにわたり大変お世話になりました。

色々ご迷惑をおかけしたこともたくさんありましたが、いつも暖かく接していただき、心より感謝申し上げます。

公民館で体験したことは、私にとって大切な思い出、宝物です。

本当にありがとうございました。

佐藤小百合

新刊図書のご案内

【一般】

- 君に光射す
- 一年中冷え知らずごはん
- 神無島のウラ

【児童】

- 木になろう！
 - はやくはやく！早口小学校
 - 早口城はやくちツアー
- リクエスト受付しています。
どうぞご利用ください。

