

参加者募集

エアロビクス教室



- ◆とき **6月18日(水)**
10:00~11:00
- ◆ところ 旧市振小学校体育館
- ◆講師 弥忠田真美さん
- ◆持ち物 飲み物・タオル・ヨガマット
運動靴

スマホやパソコンの長時間使用による前傾姿勢が原因で肩が内側に入ってしまう巻き肩になりがちです。
簡単な改善ストレッチを教わりました。



【5/21の様子】

ニュースポーツ&カフェ

- 時間 9:30~11:00
- 持ち物 飲み物

《玉ノ木カフェ》

- ◆とき 6月19日(木)
- ◆ところ 玉ノ木支館

《やまんばカフェ》

- ◆とき 6月24日(火)
- ◆ところ 上路山村振興センター

《一つ家カフェ》

- ◆とき 7月9日(水)
- ◆ところ 市振支館

主催：コーラスサークル シーガールズ

歌声喫茶 かもめ

当初の予定 6/23 から変更しています
ご注意ください

- ◆とき **6月24日(火)**
10:00~11:30
- ◆ところ 玉ノ木支館
- ◆参加費 無料 (持ち物は特にありません)
- ◆内容 童謡、歌謡曲、歌遊び等のリクエストの中からみんなで楽しく歌う

地区にかかわらず、どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。申込不要です。

青海中学校吹奏楽部 第7回 市振演奏会

- ◆日にち **6月22日(日)**
- ◆開場 10:15
- ◆開演 10:30
- ◆ところ 旧市振小学校体育館
- ◆持ち物 飲み物・内履き(スリッパ等)

♪吹奏楽のための協奏曲
九頭龍大神の伝説による
♪ダンスホール 他

※入場無料・申込不要

主催：青海中学校
共催：市振地区公民館
後援：青海中学校吹奏楽部保護者会

茶道体験教室



- ◆と き 7月19日(土)
13:30~15:00
- ◆ところ 市振地区公民館
- ◆講師 上原悦子さん(裏千家教授)
- ◆定員 15名
- ◆参加費 500円
- ◆申込期限 7月10日(木)

椅子に座って行いますので、正座が出来ない方も気軽にご参加いただけます。

申込は締め切りました

絞り染め体験 参加者の皆さんへ

- と き 6月14日(土)
9:30~11:30
- ところ 市振地区公民館
- 講師 Zakka Tree店主 今井明日香さん
- 持ち物 飲み物・古新聞紙1日分
いらないタオル1枚
- 参加費 600円
(なるべくお釣りの無いようにお願いします)



事業報告

クリーン活動

5月23日(金) 於:市振・玉ノ木地区

青海ふるさとウォーキングの約一週間前に草刈りとゴミ拾いを行いました。

市振地区と玉ノ木地区、2つの地区をつなぐ国道8号線の歩道など、かなり広範囲に渡り行いました。特に普段歩くことがほとんどない歩道は、大変綺麗に整備されました。

ボランティアで参加して下さいました皆さんのご協力、誠にありがとうございました。



郷土史講座

5月27日(火) 於:上路支館

「上路の薬師さん」と題して郷土史講座が行われました。タイミング良く5月24日(土)に13年に1度の御開帳があったため、薬師庵に入らせてもらい、直接薬師像を拝ませてもらったことが出来ました。

御開帳の際に建て替えられた塔婆から薬師様までさらしの綱を張り、その綱に触れることによりご利益を得られるそうです。その塔婆を拝見した後は、上路支館に移動し続きのお話を聞いたり、御開帳当日の写真をパソコンで見せていただいたりしました。とても充実した郷土史講座になりました。



講師の松澤常貞さん(左)
建て替えられた塔婆(下)