青海地区
公民館だより10月号

No.140
R7.10.24

〒949-0305 糸魚川市青海4690番地
☎・📠 555-7008　✉ oumiko@bz04.plala.or.jp　LINE

参加者募集

支館出張教室

と　き：１１月１９日（水）9：30～11：30
ところ：中央支館
※終了時間は早まることがあります
内　容：かんたん押絵　おめでた福午作り
参加費：900円
定　員：10名程度
持ち物：飲み物、はさみ
〆　切：11月7日（金）

どなたでも簡単に作れます。
お気軽にご参加ください！
中央地区以外の方もご参加いただけます。

６つのパーツを布でくるんで土台に貼って作ります。
白い馬は邪気を払うとされており、来年の干支、縁起の良い壁飾りです。

エアロビクス教室

と　き：１１月２１日，２８日（金）10:00～11:00
ところ：きらら青海　カルチャールーム
内　容：エアロビクス教室
対　象：どなたでも
参加費：100円／回
※初回参加時、健康状態の確認をさせていただきます
講　師：インストラクター　大町みのりさん
持ち物：運動靴、タオル、飲み物
運動しやすい服装

ハンドメイド教室

と　き：１１月２４日（月祝）9：30～11：30
ところ：青海生涯学習センター　第１会議室
内　容：しめ縄リース作り
参加費：1,500円
講　師：フラワーサークルCLOVER 小林あゆみ さん
定　員：10名程度
持ち物：飲み物、持ち帰り用袋、ワイヤーの切れるはさみ
〆　切：11月10日（月）

※写真はイメージのため、当日使用の花材や色合いとは異なります

切り絵教室

と　き：１２月１日（月）9：30～11：30
ところ：青海生涯学習センター　第１会議室
内　容：正月飾り制作
参加費：100円／1作品
講　師：和田克彦 さん
定　員：10名程度
持ち物：飲み物　　※道具、材料は公民館で用意します
〆　切：11月20日（木）

自作の正月飾りで
良い新年を迎えましょう

※公民館事業への参加ご希望の方は、 必ず公民館までお申込みください。
※新型コロナ感染症などの流行等、諸事情により中止となる場合があります。

青海地域地区公民館連絡協議会主催

青海4地区公民館交流ボッチャ大会

と　き：１２月７日（日）8：45～12：00（予定）
ところ：青海生涯学習センター　体育室
内　容：1チーム3名による団体戦
参加費：500円／1人（当日集金、参加賞あり）
持ち物：運動靴、タオル、飲み物
申込み：青海生涯学習係（青海事務所）　☎562-2260
　　青海地区公民館　☎555-7008
〆　切：11月17日（月）
その他：市振、歌外波方面からバスを運行します
※出発時刻等の詳細は、該当チームに別途ご案内します

青海地域スマイルボウリング大会

1チーム5名による団体戦を行います。ぜひご参加ください！

と　き：１１月２０日（木）8：30～12：00（予定）
ところ：青海生涯学習センター　体育室
（室内用運動靴をご持参ください）
参加費：500円／1人（当日集金、参加賞あり）
申込み：青海生涯学習係（青海事務所）　☎562-2260
　　青海地区公民館　☎555-7008
〆　切：11月4日（火）
主　管：青海ニュースポーツクラブ
その他：組み合わせは事務局で行います

共催：青海ジュニアベースボールクラブ／糸魚川ＦＣ／青海剣道クラブ／糸魚川空手道会／
青海地区公民館／田沢地区公民館

スポーツ

無料体験 受付中

子どもの可能性は無限大！
たくさんのスポーツに触れて
「好き」や「得意」を発見しよう！
誰でも楽しく体験できます。

特　典

スタンプラリーをしながら
スポーツ体験をします。
全員に参加賞が当たるよ♪

公民館は地域のスポーツ振興、健康増進活動を支援します

日 時　令和7年 **11月15日（土）１０:００～１２:００**

会 場　田沢小学校 体育館・田沢体育館
※ 受付は、田沢小学校 体育館
好きな時間に来て、 好きな時間に帰れます。

参加費 無料

対 象 年少児～中学生

★ 服装：動きやすい服装
★ 持ち物：内履き（運動靴）、飲み物（水分補給）、タオル
★ 内容：野球・サッカー・剣道・空手の体験会、スタンプラリー

※ 小学3年生以下 保護者同伴

【お申込み・お問い合わせ】

※ 事前申し込み制ですが、当日参加もOK！

青海地区公民館　☎555-7008
田沢地区公民館　☎555-7575

例
① スポーツ体験会
② 名前（学年）：青海 太郎（小３）、花子（年長）
③ 保護者名：青海 一郎
④ 住 所：青海4690
⑤ 電話番号：025-555-7008

【青海】　【田沢】

※ 参加には保護者の同意が必要です。お子様のみで参加される場合（事前申し込みをしていない方）は、保護者名、住所、緊急連絡先のメモを必ず受付で提出してください。

地域の子どもたちが、様々なスポーツに触れ、体を動かすことの楽しさを感じてもらう体験会です。
お気軽にご参加ください。保護者の方も見学自由です。

事業報告

骨コツフレイル測定会
9/1（月）

年に一度の骨密度測定に加えて、握力や足趾力、咀嚼力の測定が行われました。
フレイル(心身の活力の低下)を防ぐための大切な測定会ということで、たくさんの方がご来館されました。

エアロビクス教室
9/12、26（金）

９月は2回、エアロビクス教室を開催しました。
新規の参加者も少しずつ増えています。今回は、「涙のリクエスト」に合わせて、歌も口ずさみながら、楽しく運動することができました。

野外体験教室　9/23（火祝）

能生のおおかやば山菜園でサツマイモ収穫体験を行いました。
涼しい風の吹く中、芋掘りを楽しみました。いろんな形や大きさのサツマイモ、中には1つで1kgのものもありました。
たくさんのサツマイモで色々な料理ができそうです。

青海美術展が開催されました

9/6（土）、7（日）に青海総合文化会館きらら青海にて青海美術展が開催されました。
青海地区公民館では、切り絵教室で制作した切り絵とハンドメイド教室の苔玉、ミニ真柏を出展しました。
ご協力いただいた皆様、素敵な作品をありがとうございました。

中止のお知らせ

9/16（火）に予定していました寺地支館出張教室は、参加申し込みが無かったため、中止となりました。