

木浦地区公民館だより

令和8年8月25日

No.307(8年-6)

発行 木浦地区公民館

各種 公民館事業、参加者募集！！
ぜひ皆さんご参加ください♪

なかよしサロン ～ヨガでリフレッシュ～

昨年好評だった『シニア向けヨガ教室』、今年もやります！

と き 9月10日(木)

9:30～11:00

ところ 木浦地区公民館

内 容 シニア向けヨガ

講 師 渡辺和代先生

参加費 無料

持ち物 タオル 飲み物

定 員 20名

申込み 9月3日(木)までにお申込みください。

その他
・ヨガマットの代わりに公民館の簡易畳を使用します。
・健康ポイントラリースタッフ対象事業です。



昨年の様子です

ゆったりとした動きの
やさしいヨガです。身体
と心をほぐしてリフレ
ッシュしましょう♪



木浦地区グラウンドゴルフ大会

と き 9月27日(日) 8:30～12:00

ところ 布引グラウンド

※雨天の場合は青年の館でスカットボール大会を行います。

必要と思われる方は内履きをご用意ください。

参加費 無料

申込み 9月16日(水)までに公民館へお申し込みください。

申込用紙は公民館に用意してあります。

・1チーム3～5名でチームを編成してください。

・個人の参加も受け付けます。ご相談ください。

その他
・各ホール最大5名でまわる予定です。

・熱中症予防のため、帽子着用など暑さ対策をお願いします。

・健康ポイントラリースタッフ対象事業です。



まちなかあるき

元気に楽しくまちなかウォークはいかがですか。
今回は富山県黒部市方面を巡ります♪

と き 10月8日(木) 8:20~15:30
対 象 木浦地区在住の方
集合場所 各地区のバス停からバスに乗車してもらいます。
※参加者の方に後日詳しい案内を配布します。
定 員 20名(先着順。定員になり次第締め切ります。)
日 程 8:30 公民館出発~各バス停経由
9:50 見学地着
15:30 公民館着

参 加 費 1,500円(昼食代含む)

申込期間 **9月7日(月)~9月18日(金)**
定員になり次第締め切ります。
公民館へ電話または直接、本人がお申込みください。

受付時間 9:00~17:00

持 ち 物 帽子、飲み物、簡単な雨具、筆記用具等
各自必要と思われるもの
歩きやすい服装でご参加ください。

そ の 他 ・参加者の方には後日詳しい案内を配布します。
・健康ポイントラリー対象事業です。



主な見学地

- | | |
|---------------|--------------|
| ◇ 沢スギ自然館 | ◇ 入善海洋深層水パーク |
| ◇ 生地の清水(名水公園) | ◇ 生地道の駅(昼食) |
| ◇ 黒部歴史民俗資料館 | ◇ 宇奈月麦酒館 |
| ◇ うなづき友学館 | |



お申込み・お問い合わせは

木浦地区公民館 566-5421 まで

※受付時間 平日9:00~17:00

木浦地区芸能祭・作品展

10月24日（土）開催

時 間 開 場 9:00 終 了 12:00（予定）

内 容
◇ 芸 能 祭 9:30～11:30
◇ 作 品 展 9:00～芸能祭終了まで
◇ 大抽選会 11:30※芸能祭演目終了後
当たりは15本！何が当たるかお楽しみに♪

会 場 旧木浦小学校 体育館

芸能祭に出演してみませんか。
サークル仲間やお友達、親子で等々
踊り、カラオケ、合唱、合奏 何でもOK！
申込みお待ちしております！

芸能祭の参加申込書・要項は公民館に用意してあります。

作品展 作品募集

趣味の発表の場として、作品を出品しませんか。
たくさんの出品をお待ちしています。

と き 10月24日（土） 9:00～芸能祭終了まで
展示場所 旧木浦小学校 体育館後方
※ステージ、体育館前方では芸能祭を行います。
作 品 書道、絵画、手芸、工作、写真等 なんでも
出品対象 木浦地区在住、または勤務されている方
公民館が特に認めた方
出品方法 公民館にある申込書に必要事項を記入のうえ
10月7日（水）までにお申込みください。
そ の 他 作品の搬入方法など詳しい内容については
申込書と一緒に要項をお渡しします。

お問い合わせは 木浦地区公民館 566-5421 まで

寺子屋 in summer 🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻

今年の夏休みも7月27日(月)、31日(金)、8月3日(月)の3日間、寺子屋を行いました。延べ45名の小学生が参加してくれました。学習も体験活動も仲良く元気に頑張りました！

7月27日
学習＆ニュースポーツ
体験
職場体験の中学生もお
手伝いしてくれました。



7月31日
学習＆工作＆アイス作り
アオハルサポーターの高
校生に勉強を見てもら
い、工作、アイス作りと
盛りだくさんでした。

8月3日
学習＆昔の遊び体験
こま、けん玉、すごろく
できるまで何度も挑戦し
ました！



骨コツフレイル測定会

8月7日(金)に骨コツフレイル測定会を実施しました。参加者は12名。市の健康増進課による骨密度、足趾力、握力、咀嚼力の測定、フレイルのミニ講話など内容も充実。年に一度自身の健康状態を振り返るいい機会となりました。

