



イベント情報

日滝地域公民館からのお知らせ

こちらから須坂市ホームページ「日滝地域公民館」のページ及び公民館だよりのカラー版をご覧ください。



6 金	こどもやんしゃ2024 打合せ会議
16 月	敬老の日
17 火	映像で学ぶ人権 人権交流センター 19:00~19:45
18 水	健康教室④ ～歯と健康の関係～
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
26 木	・こどもやんしゃ 2024 (日滝地域づくり推進 委員会主催) ・人権教育講座② メセナホール18:30
27 金	第2回 大谷町 人権問題学習会

健康教室～歯と健康の関係～【全4回】

歯と健康は密接な関係があることをご存知ですか？歯科衛生士の方から密接な関係についてのお話しと凝った口周りや簡単な体操で体をほぐしましょう。皆さんの参加お待ちしております！

日 時 6月19日(水)、7月17日(水)
8月21日(水)、9月18日(水)
午前10時00分～11時00分

場 所 日滝地域公民館 研修室

参加費 無料

定 員 各回先着15名 ※都合のつく日だけの参加も可能です！

服装・持物 動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物(水分補給)

講 師 歯科衛生士 今井 律子さん

問合せ・申込 日滝地域公民館(平日9:00～16:30)

最終回の申込を受付しています ☎026-248-1686

「敬老の日」長寿を祝いましょう

9月第3月曜日は敬老の日。本年は9月16日が敬老の日にあたります。国民の祝日に関する法律では「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」日と定められています。

老人は、何歳からなのか気になりますが、特に決まりはないそうです。ご家庭の事情によりさまざまです。相手を敬う心と感謝の気持ちを伝えましょう。

一方、2002年まで敬老の日であった9月15日は、老人福祉法により「老人の日」に制定。同日から9月21日までを「老人週間」とし、お年寄りの社会参加や健康長寿社会の促進など、啓発活動がおこなわれます。老人の日はお年寄り自身が元気でいきいきと暮らすことを促す日です。

さあ、高齢者のみなさま、公民館に出かけてみませんか!?いろいろなサークル活動があります。健康寿命を延ばしましょう!!

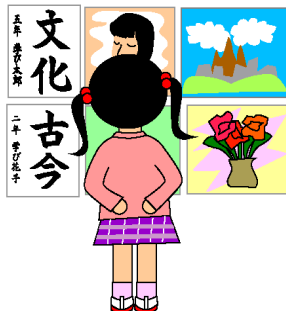
「日滝地域文化祭」

(公民分館第5ブロック主催)

日滝地域文化祭は、日滝地域4町の協同で地域のみなさんをはじめサークルさんの作品展示や舞台発表をとおり地域のみなさんの生きがいや生涯学習の一助となりますよう毎年開催しています。

今年は、健御名方神社の例大祭前夜祭の日です。みなさんのご来場をお待ちしております。

日時 2024年(令和6年)10月5日(土)
会場 日滝地域公民館
時間 13:00 開館
13:30頃～16:00 舞台発表
16:00以降も作品は展示しています
19:00 閉館



写真は2023年度 みんなで踊って閉めました。





8月の出来事など



ラジオ体操教室

パリオリンピック・パラリンピックを見て体を動かしたくなられた方も多いのではないのでしょうか？ 準備体操としてラジオ体操で整える方が多いかと思いますが!より効果的な準備体操とするために正式なラジオ体操を学びましょう!!

記

日時 10月16日(水)・23日(水)
両日共午後1時30分から2時30分

場所 日滝地域公民館 防災活動室

内容 16日(水)ラジオ体操第1
23日(水)ラジオ体操第2

定員 20人

講師 大石美雪さん(ラジオ体操指導士)

問合せ・申込 9月9日(月)～10月7日(月)

日滝地域公民館 ☎026-248-1686
(平日9:00～16:30)



簡単に作れる料理教室

フランスロレーヌ地方に伝わる家庭料理(キッシュ)をつくります。

記

日時 2024年(令和6年)10月18日(金)

午前10時から正午

場所 日滝地域公民館 調理実習室

内容 キッシュプレート サラダ スープ

定員 10人

材料費 500円

講師 跡部奈美さん

問合せ・申込 9月9日(月)～10月7日(月)

日滝地域公民館 ☎026-248-1686
(平日9:00～16:30)



リズム体操

8月7日(水)こどもフェスとして「リズム体操」を開催しました。日滝小学校の児童クラブの15人が参加。こどもたちの安全を見守っていただく日滝地域づくり推進委員会からも7名が参加。

こどもたちは最初は戸惑っていた様子でしたが講師の脳トレチャレンジで緊張もほぐれたところからは物覚えも早くリズムに乗って楽しそうに踊っていました。一緒に踊った大人は休憩に入るのが嬉しかったのですがこどもたちは水分補給もほどほどに休憩時間中も走り回っていました。疲れを知らない時代に戻りたく思いました。

こどもたちはよほど楽しかったのか次回はいつあるの?と尋ねるほどでした。



講師の動きに合わせる子どもたち

日滝地区 町別人口/世帯数 (2024年8月1日現在)

町名	人口	世帯数	前月人口	前月世帯数	人口比較	世帯比較
相森町	1,280	520	1,279	519	1	1
高橋町	1,942	745	1,947	749	-5	-4
大谷町	1,594	624	1,588	623	6	1
本郷町	715	275	716	276	-1	-1
須坂市	49,335	20,749	49,384	20,759	-49	-10

本郷町 優勝

第53回須坂市ソフトボール大会に第5ブロックを代表して出場した本郷町チームはブロック大会同様に猛打爆発で優勝されました。決勝戦は2試合とも二桁得点で勝ち進んできた米持町との決戦。相手打線を一桁得点に抑え、打線が爆発して12対6とダブルスコアで勝利しました。おめでとうございます。