



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
ご覧いただけます。



6	水	リズム体操教室 (小学生対象)
17	日	第54回須坂市 ソフトボール大会 ブロック代表本郷町
20	水	めざせ！健康長寿 ～ゆったり太極舞～
24	日	須坂市 総合防災訓練
26	火	第1回人権教育講座 メセナホール
29	金	めざせ！健康長寿 ～美メイクAero～

めざせ！健康長寿 ～美メイクAero～

●美メイクAeroで汗をかこう！簡単なエアロビクスです
男性の参加者も大歓迎!!

日 時 8月29日(金)

午前10時00分～11時00分

場 所 日滝地域公民館 防災活動室

定 員 15名 ※定員になり次第締め切ります

参加費 無料

服装・持物 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル、飲み物

講 師 フィットネスインストラクター 石橋一実さん

申込・問合せ 8月6日(水)～申込開始

日滝地域公民館(平日9:00～16:30) ☎026-248-1686



めざせ！健康長寿 ～ゆったり太極舞～【全6回】

日時 8月20日(水)午前10時00分～11時00分 (3回目)

講師 山崎優子さん ※都合のつく日だけの参加も可能です

「日滝地域文化祭」開催決定 (公民分館第5ブロック主催)

7月23日(水)に第5ブロック公民分館長をはじめ分館役員の皆さんによる打合せ会が行われ、下記のとおり開催することが決定されました。

第5ブロック日滝地域文化祭は、日滝地域4町が協力して地域にお住いの皆さんの舞台発表や作品の展示等を通じて生きがいや生涯学習の一助となるよう毎年開催しています。ご協力をお願いします。

記

日時 2025年(令和7年)10月4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2024年度
舞台発表の様子

予約の無い日滝地域公民館の施設を解放しています

【子ども学習室】

小・中学生の学習室としてご利用いただけます。

利用時間 平日の午前9時～午後4時30分(8月13日～16日、12月29日～1月3日を除く)

【コミュニティスペース】

市民が誰でも出入りできる部屋としてご利用いただけます(貸し切りではありません)。

利用時間 平日の午前9時～午後4時30分(8月13日～16日、12月29日～1月3日を除く)

※子ども学習室、コミュニティスペースは、利用者登録不要です。

※利用希望者は、事前に日滝地域公民館までお問い合わせください。☎026-248-1686

8月開催 リズム体操教室(小学生対象)

小学生を対象に「リズム体操教室」を開催します。

●と き 8月6日(水) 10時から概ね1時間 ●定員 35名

●参加費 無料 ●講 師 石橋一実さん

希望者は、日滝地域公民館までお問い合わせください。

☎026-248-1686





7月の出来事など



公民分館主催「第5ブロック球技大会」 7月6日

第5ブロック球技大会は、今年度もソフトボール競技のみでの開催となりました。

当日は、天候に恵まれ…と言うよりは、全国各地で猛暑日地点が今年最多となるなど、厳しい暑さが見込まれたため、速やかな大会運営にご協力いただく中、無事全ての試合を行うことができました。

試合に先立ち、区長会第5ブロック長の中村本郷町区長による始球式で大会が始まりました。

ホームランやファインプレーなど、見応えのあるプレーが随所に散りばめられた試合が行われた結果、優勝は本郷町、準優勝は大谷町でした。皆さん、大変お疲れさまでした。

優勝された本郷町は、8月17日(日)開催予定の第54回須坂市ソフトボール大会に第5ブロック代表として参加されます。ご健闘を祈念申し上げます。

2025年度 第5ブロック公民分館対抗球技大会 対戦表
【ソフトボール】

優勝 **本郷町** 準優勝 **大谷町**

決勝戦 10:10~
14 本郷町 対 大谷町 10

第一試合 8:00~
11 本郷町 対 相森町 2
第二試合 9:05~
6 大谷町 対 高橋町 5

	試合時間 (目安)	組合せ	主審	塁審	線審	得点	時間
1	8:00 7:50	本郷町 VS 相森町	大谷町	高橋町 大谷町	高橋町 大谷町	大谷町	高橋町
2	9:05 8:55	大谷町 VS 高橋町	本郷町	相森町 本郷町	相森町 本郷町	本郷町	相森町
3	10:10 9:55	本郷町 VS 大谷町	相森町	相森町 相森町	相森町 相森町	相森町	相森町

始球式



表彰式

夏休み映画会

今年も昨年と同様、低学年と高学年に分かれて29日と31日に開催しました。

低学年では「映画ざんねないきもの事典」、高学年では「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」をそれぞれ鑑賞し、夏の日的一天を楽しく過ごすことができました。

みんな悩んだり、工夫しながら一生懸命に生きている。誰かと比べるのではなく、自分は自分で良いんだと思える映画でした。

映画鑑賞をする児童



日滝地区 町別人口/世帯数 (2025年7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	1,246	514	1,243	514	3	±0
高橋町	1,954	769	1,945	766	9	3
大谷町	1,598	632	1,602	632	-4	±0
本郷町	707	281	706	281	1	±0
須坂市	48,895	20,865	48,914	20,848	-19	17

熱中症の予防と対策を

熱中症とは？

高温多湿な環境に、私たちの身体が適応できないことで生じるさまざまな症状の総称です(めまいや顔のほてり、けいれん等)

- 適度な運動、適切な食事、十分な睡眠をとるなど、暑さに負けない体づくりをしましょう
- 屋内では、扇風機やエアコンで室内の温度を快適に保ち、衣服を工夫しましょう
- 外出先では、適度な水分と塩分の補給を行いこまめに休憩をとりましょう