



イベント情報 謹賀新年

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。



1	木	元日
11	日	・須坂市消防出初式 ・二十歳を祝う会
12	月	成人の日
16	金	公民分館第5ブロック 引継ぎ会
27	火	料理教室「恵方巻」
30	金	日滝地域づくり推進 委員会主催 「地域づくり講演会①」

旧年中は格別のご支援ご協力を賜り、誠にありがとうございました
今年も地域公民館は自主講座等を通じて、地域の皆さんのお役に立てるよう取り組んで参ります
皆さんの笑顔にお会い出来ることを楽しみにしています
新型コロナやインフルエンザ等の感染症が増える時期でもありますので、手洗い、うがい、マスク、予防接種など、個人で出来る予防対策をしっかりと行い、感染症を防ぎましょう
新しい年が皆さんにとりまして、より良い年でありますよう心からご祈念申し上げます
本年もよろしくお願いいたします

日滝地域公民館からのお知らせ

料理教室「恵方巻」

節分の楽しみといったら豆まき？ でも、やっぱり恵方巻も食べたい!! と、いうことで、この地域でもあたり前のように食べられるようになった恵方巻を今回の料理教室で作ってみます。

ちなみに今年の節分は2月3日(火)、恵方は南南東です。

記

日 時 1月27日(火)10:00～13:00(食事時間含む)
場 所 日滝地域公民館 調理室
参 加 費 800円(材料費)
講 師 須坂市食生活改善推進協議会(通称:食改さん)の皆さん
持 ち 物 エプロン、三角巾、食器用布巾、食事用の箸、持ち帰りされる方は容器
定 員 10名(申込順)
申込期間 1月7日(水)～21日(水)
問合せ・申込 日滝地域公民館 ☎026-248-1686(平日9:00～16:30)



地域づくり講演会「健康体操&頭の体操」

日滝地域づくり推進委員会主催

日滝地域づくり推進委員会では、地域の皆さんが健康にお過ごしいただけるよう、毎年冬のシーズンに地域づくり講演会として健康講座を開催しています。

年末から年始にかけて9連休の方もおり、日頃と違った生活リズムで体調に変化があった方もおられるのではないのでしょうか？ 寒い季節、健康を維持するためにも是非ご参加ください。

記

日 時 1月30日(金)、2月7日(土) いずれも10:00～11:00 (全2回)
場 所 日滝地域公民館 防災活動室
講 師 フィットネスインストラクター 石橋一実さん
服装・持物 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル、飲み物
定 員 20名(申込順)
申込期間 1月13日(火)～27日(火)
問合せ・申込 日滝地域公民館 ☎026-248-1686(平日9:00～16:30)



12月の出来事など



クリスマスオーナメントづくり

日滝地域づくり推進委員会主催

クリスマスシーズンに合わせ例年実施されている、こどもフェスタ「クリスマスオーナメントづくり」が12月6日(土)に日滝地域づくり推進委員会主催により開催されました。

明るい雰囲気の中、世界に一つしかない作品を思いの感性でつくり上げることが出来ました。

それにしても子ども達の創造力には目を見張るものがあります。

楽しい時間は、“あっ”という間に過ぎていきました。



葉ボタンの寄せ植え

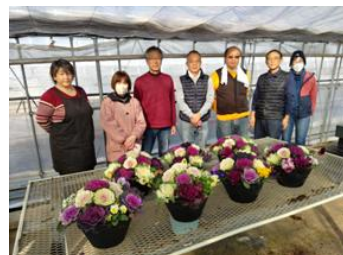
日滝地域づくり推進委員会主催

12月7日(日)、日滝地域づくり推進委員会主催の花づくり講習会「葉ボタンの寄せ植え」が今年も開催されました。

いろいろな色や形がある中から、好みの葉ボタンを選び、ドーム型に組んでいくわけですが、これがなかなか難しい。

四苦八苦しながらも何とか形づくる事が出来ました。

貴重な経験になりました。



🎅 メリークリスマス 🎅

日滝地域公民館にも少し早めにサンタクロースがやってきました。

実は、このサンタクロース、当館で第1・第3木曜日の午前中に活動している英会話サークル「ハローローリー」の講師先生。

英語で「メリークリスマス🎅」なんてやるもんですから、もはや本物のサンタクロースと見間違ふほどです。(本物のサンタクロースは未だに見たことがありませんが…)

このほか、毎週金曜日の午前中に活動しているダンスサークル「ロンド」でもクリスマス会が行われていました。

とても華やかで、皆さん楽しそうに…こちらまで心が温かくなりました。



日滝地区 町別人口/世帯数 (2025年12月1日現在 出典：市民課統計)

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	1,239	511	1,236	512	3	-1
高橋町	1,955	765	1,960	768	-5	-3
大谷町	1,628	644	1,619	640	9	4
本郷町	701	282	705	282	-4	±0
須坂市	48,899	21,004	48,912	20,994	-13	10

感染症にかからないために

- 流水や石けんを使って十分な「手洗い」を行いましょう。
- 体の抵抗力を高めるために、十分な休養を取り、栄養にも気を配りましょう。
- 乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度を保ちましょう。
- こまめな換気を行いましょう。
- 人が集まる場所へ出かける場合には、適切なマスクの着用を心がけましょう。