

けやき 11月号

— 声かけで真中 まんなか 真中愛 —

発行:真中公民館 電話:49-5928

真中地区文化祭

10月26日(日)、「真中地区文化祭」を盛会裏に開催することができました。

当日は150名を超える来場があり、会場は和やかな雰囲気の中で進行しました。多彩な作品展示や演目が披露され、笑顔あふれる一日となりました。ご来場くださった皆さま、出演・出品された皆さま、準備や運営にご尽力くださったスタッフの皆さまに、心より感謝申し上げます。

最後になりましたが、鷹巣農林高校卒業真中会様、東日本物産様、(有)マルト企業 県北庄送様、(有)丸石電設様からご協賛をいただきました。ありがとうございました。

お見事！オーフニング



かわいい小さなスターたち！



みんなで大文字踊り！



舞のひととき



和の大道芸



優雅なフラ



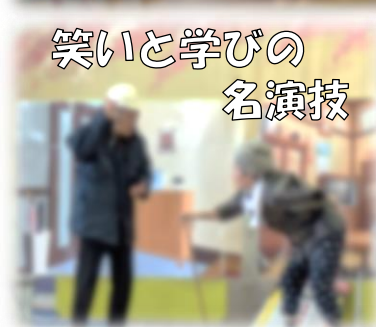
熱気のステージ！



素敵な作品です！



笑いと学びの
名演技



童謡でリンリンよ♪



作品に見入るお客さま



11月の「いきいき学級～生きがい健康教室～」

シニアヨガは、高齢者の健康維持にとっても効果的な運動です。今回のいきいき学級では、「フレイル予防ヨガ」を行います。体をゆっくり動かしながら、心も体も元気に保ちましょう！
真中地区の皆さん、ぜひご参加ください。ご自分のペースで楽しめます！

みんなで楽しく
笑いましょう！



日時: 11月14日(金) 10:00～ 場所: 真中公民館 研修室(和室)

内容: ①「フレイル予防ヨガ」 ②健康体操・脳トレ・ゲーム

連絡事項: 動きやすい服装でお越しください。 参加費: 無料

申込: 包括支援センター大館南 ☎ 59-6182

※事前にお申し込みください。また、移動手段のない方はご相談ください。

第17回全公民館グラウンド・ゴルフ大会

10月8日(水)、第17回全公民館グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。朝は雨と冷え込みがありましたが、9時の競技開始時には晴れ、参加者52名の熱気に包まれ、会場は活気にあふれました。大会は大館GG協会と真中GGサークルの協力で整備されたコースで行われ、皆さんは日頃の練習の成果を発揮し、ナイスショットを喜び合いながら交流を深めました。



今日も元気にナイスショット！



集中！この一打にかけて

愛犬のマナー、 みんなで守りましょう！

公民館敷地内で犬のフンの放置が見られます。散歩の際は袋を持って、持ち帰りをお願いします。マナーを守り、清潔な環境づくりにご協力ください。

みんなで気持ちよく公民館を利用しましょう！

クマにご注意ください！

真中地区でもクマの目撃情報があります。外出の際は、いつでもまわりをよく見て行動しましょう。また、ゴミの管理やクマを寄せつけない対策にご協力ください。

※クマを目撃したら大館警察署(42-4111)、市林政課(43-7076)まで。

11月の公民館サークル活動

○太極拳

開催日: 5・26日(水)、10・17日(月)

時 間: 13:30～15:00 場所: 研修室

○気軽に健康体操(ストレッチ)

開催日: 毎週火曜日(4・11・18・25日)

時 間: 13:30～15:30 場所: 研修室

○ユニカール

開催日: 毎週火曜日(4・11・18・25日)

時 間: 9:00～16:00 場所: 体育館

○8人制バレーボール

開催日: 毎週木曜日(6・13・20・28日)

時 間: 19:00～21:00 場所: 体育館



11月の行事・会議等

3日(月) 休館日(文化の日)

14日(金) いきいき学級 10:00～

23日(日) 休館日(勤労感謝の日)

24日(月) 休館日(振替休日)