

いけやき 2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



真中公民館自主講座



果物&冬野菜を使ったジャム作り教室

寒さで甘みがぎゅっと凝縮された「果物」や「冬野菜」を使って、手作りジャムを作ってみませんか？今回は、管理栄養士・宮本満美子さんを講師にお招きして、果物・野菜本来の味を生かしたジャム作りについて、教えていただきます。

皆さまお誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

日時：2月20日（金）10:00～12:00 場所：真中公民館 調理室

講師：宮本 満美子 さん（大館市包括支援センター大館南 管理栄養士）

参加費：500円 持ち物：エプロン、三角巾、マスク、飲み物

申込締切：2月10日（火） 申込：真中公民館 ☎ 49-5928



2月の「いきいき学級～生きがい健康教室～」

今回は、管理栄養士によるフレイル予防クイズと、ものづくりを通して考えながら手を動かす活動を行います。どなたでも参加できますので、ぜひお気軽にご参加ください。

日時：2月27日（金）10:00～ 場所：真中公民館 会議室

内容：・管理栄養士による「フレイル予防クイズ」

・製作活動「レジン（樹脂）でキーホルダー作り」➡

※細かい作業もありますので、メガネが必要な方はご持参ください。

参加費：無料

申込：大館市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。



脳と体の年齢を
いつまでも若く♪



令和8年度分 市・県民税申告相談のお知らせ

とき：2月18日（水）

会場：二井田公民館

受付開始：午前8時30分～

相談開始：午前9時～

※真中地区の皆さまの申告相談は、2月18日（水）に二井田公民館で行われます。なお、真中公民館では申告相談を実施しておりませんのでご注意ください。

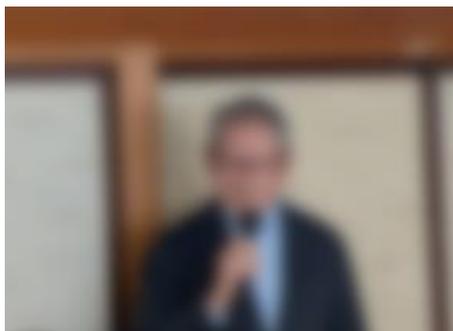
※朝の混み合う時間帯を避けてご来場いただくと、比較的スムーズに受付できます。

（お問い合わせ）税務課市民税係 ☎43-7033（直通）

令和8年 真中地区新年会

恒例の「真中地区新年会」を1月18日に開催いたしました。

雪の日が続いておりましたが、当日は幸いにも天候に恵まれ、皆様が安心して集うことができました。会場は終始和やかな雰囲気にも包まれ、参加者同士が近況を語り合いながら親睦を深める、笑顔あふれるひとときとなりました。新たな一年の健康と地域の発展を願いつつ、心温まる時間を共有し、新年の門出にふさわしい盛会となりました。



区長会会長による年頭あいさつ

交安協真中支部へ感謝のお年玉

ご健勝と心豊かに！乾杯!!

令和8年度ともすけ共済を受付します

○掛金： ・交通災害共済 1人 300円 ・不慮の災害共済 1人 700円

○共済期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

※4月1日以降に加入した場合は加入日の翌日から適用します。

(お問い合わせ) 市民課生活相談係 ☎43-7044

屋根の雪下ろしはとても危険です! 作業前に安全点検をしっかりと!!

屋根に上がって雪下ろしをする場合は、

- 安全対策用具を準備しましょう。
ヘルメット、命綱、墜落制止器具など
- 命綱、はしごなどの固定場所の確認をしましょう。
- 命綱などの取付装置やはしごの固定金具の設置をしましょう。
- 屋根の雪のゆるみに注意しましょう。

除排雪は
2人以上で!



2月の公民館サークル活動

○太極拳

開催日: 2・9・16日(月)、25日(水)
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(3・10・17・24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(3・10・17・24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(5・12・19・26日)
時 間: 19:00~21:00 場所:体育館

2月の行事・会議等

8日(日) 衆議院議員総選挙

11日(水) 休館日(建国記念の日)

20日(金) ジャム作り教室 10:00~

23日(月) 休館日(天皇誕生日)

27日(金) いきいき学級 10:00~

