

# 下川沿公民館だより

## ロイヤル学級 参加者募集

9/26 認知症予防講座 ～健康寿命の延伸に向けて～

10/3 館外研修 ～弘前学院大学の洋館と初秋の岩木山～

### 認知症・フレイルの予防に向けて

今月のロイヤル学習会は、講師に「成寿苑」訪問リハビリテーション事業所（釈迦内）より講師を迎え、「認知症・フレイルの予防に向けて」をテーマに、開催いたします。身の回りの事は、自分で行うことができる状態である「健康寿命」の期間をできるだけ長い状態に保つことは、誰しも望んでいることと思います。健康寿命の延伸に向けて、是非、ご参加ください。

日 時：9月26日（火）

午前 10：00 から 11：30

場 所：下川沿公民館

内 容：①認知症とフレイルの予防に向けてのお話

②転倒防止、認知症予防のための体操

参加費：なし

持ち物：ズック

★参加希望者は、9月22日（金）までに、公民館へ ☎ 49-0271

### 《 ロイヤル学級館外研修の募集 》

10月3日（火）

弘前学院大学の洋館と

初秋の岩木山



次回の館外研修は、「弘前学院大学の洋館と初秋の岩木山」と題して館外研修を実施いたします。

先着30名とさせていただきます。

行程はつぎのとおり

8：30 公民館集合

10：00～15：30

弘前学院大学の洋館見学

岩木山8合目からの津軽平野眺望等

16：30 公民館到着

【参加費】概算500円（有料道路）

★当日、バス車中にいただきます。

★昼食は、弘前市内で各自

【参加申込】9月26日（火）までに

公民館へ ☎ 49-0271

市老人クラブ連合会大会

8人制バレー 女子 優勝



大館市老人クラブ連合会主催の「第30回8人制バレーボール親睦交流大会」女子の部で、下川沿チームが優勝という栄冠に輝きました。誠にありがとうございます。

## 20歳を祝う会



下川沿中学校区の参加者の皆さん

### 20歳の門出を祝う

8月15日、「大館市20歳を祝う会」が開催されました。対象者は596人。対象者の7割近い408人が出席。級友との再会を喜んでいる姿がたくさん見られ、新たな期待と自覚を胸に、大人としての一步を踏み出しました。

なお、当日は、当時の所属中学校ごとに恩師の代表が招待され、下川沿中学校からは、岩谷佳生先生（現在：田代中学校）が出席をされ、卒業生との再会を喜び合いました。

## 文化祭実行委員会を開催いたします

今年度の「下川沿地区文化祭」の開催にあたり、つぎのとおり実行委員会を開催いたします。

なお、町内会、婦人会及び公民館サークルの皆様には、後日、ご案内をいたします。

日時：9月14日（木）

午後6時～7時

場所：下川沿公民館



太鼓に合わせて激しい動きを演じる下中若人

実行委員会に提案予定の公民館としての日程（案）はつぎのとおりです。

10月26日（木）会場設営

27日（金）講演会

お茶会

28日（土）展示会

芸能発表会（午前）

29日（日）展示会

芸能発表会（午前）

会場設営撤去



高度な技術と情熱ほとばしる大館曲げわっぱ太鼓

### 企業の皆様へ

企業内研修等にどうぞ、公民館をご利用ください。なお、会議室は20名ほどの会合に適した広さとなっております。

なお、使用料は次のとおりです。

会議室 1時間 220円

冷暖房料 1時間 100円

## 公民館休館日



9月18日（月） 敬老の日

9月23日（土） 秋分の日