



館報

こかげ

館合地区交流センター

☎ 23-1223

2022年 10月号



(久々の)出張! こかげ

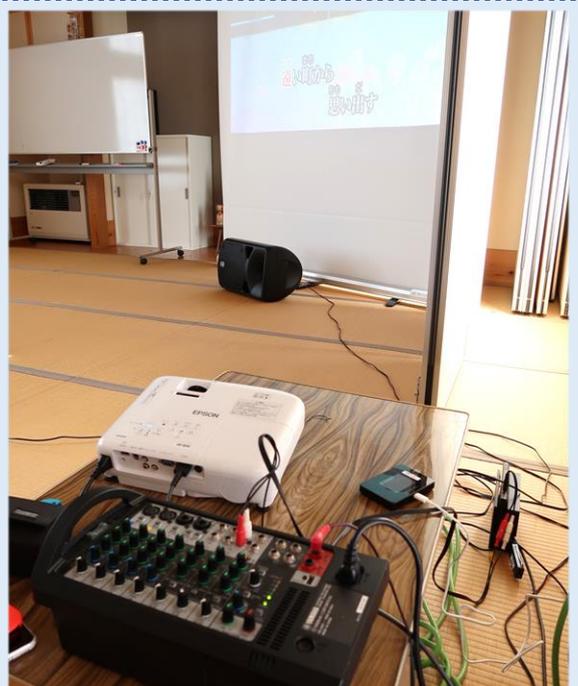


9月19日(月)の敬老の日、下開地区では敬老感謝一斉奉仕活動が行われました。集落交流館の掃除を行ったあと慰労会が催され、昼食後にささやかなカラオケ大会が開かれました。何かと集まりづらいこのご時世ですが、使用后マイクの消毒等に気を付けながら元気いっぱい歌っていました。

出張!こかげのコーナーでは、館合各地の行事や出来事など館報に掲載するための記事を募集しています。「うちではこんなことやるよ。」を是非おしえてください!



大画面を皆で共有すれば楽しさ倍増!



今回館合公民館では使用機材の手配・準備で協力させていただきました。皆さんの集落でも「こんな行事をやりたい」「スポーツ大会を開催したい」等ありましたら、是非館合公民館へご相談下さい!

10月の予定表

13日(木) いきいきサロン 午前10時

23日(日) 水害行動訓練 午前

20日(木) 生け花教室 午後1時30分

31日(月) 健康の駅 午前10時

健康の駅

9月26日(月)の健康の駅ではヨガを体験しました。本来は床にヨガマットを敷いて行いますが、今回は床に横になるのがなんぎな人向けにイスでできるヨガです。その中で長生きする秘訣として、「くよくよしないこと」が大事だということをお教えいただきました。これはかつてご長寿双子姉妹として有名になったきんさんぎんさん姉妹の言葉を引用したものです。実際前向きな人のほうがストレスも少なく、長生きできるという調査結果もあるようです。



朝起きたら鏡に向かって言ってみよう
「自分は若い!」「自分は元気!」
心の健康は体の健康
日々前向きな気持ちで過ごしましょう

雄物川地域局からのお知らせ

◆水害行動訓練参加者募集のお知らせ

日時 10月23日(日) 午前9時~11時
避難所 館合地区交流センター(公民館)
対象 手取・下開集落住民



日程

時間	訓練内容	備考
9:00	①避難準備(持ち出し品の整理)	消防団員が避難呼びかけ
9:30	②避難所への避難開始	自家用車等使用
10:00	③避難完了	
10:10	④訓練の振り返り等	

・訓練にご参加いただける方は、町内会の役員の方へお知らせください。

お問合せ 雄物川地域課 地域総務係 ☎22-2111



館長

大きな災害に見舞われることもなく実りの秋、収穫の秋を迎えることができました。この時季、各地で様々なイベントが開催されますが、今年は「三年ぶりの開催」が随分ありました。久しぶりに足を運んだ方も多いと思います。

さて、館合公民館でも移動図書館や将棋サロン、生け花教室をやっています。ぜひ、みなさんも読書の秋、芸術文化の秋に浸ってみてください。