

# 赤水 11月号 公民館だより



## しおかぜの会の活動報告



10月18日（水）に赤水公民館ホールにて、「ヨガ教室」を開催しました。講師の野田恵子先生をお招きして、総勢27名の方が楽しくヨガを行い、心身ともにリフレッシュすることができました。

「ヨガ×音楽」がもたらす相乗効果の1つに、「自分自身を緊張から解放する」効果があるそうです。ヒーリングミュージックやクラシックのような落ち着いた曲調が、心身ともにリラックスさせる動きと呼応し1日頑張った体と心をほぐしてくれます。



お疲れ様でした



## ☆「アーチェリー体験教室」開催☆

10月1日（日）旧西海中学校体育館にて、御荘地区の児童を対象とした「アーチェリー体験教室」が開催されました。普段使い慣れない道具に戸惑いながらも、アーチェリーという競技に触れあって、楽しく体験していました。

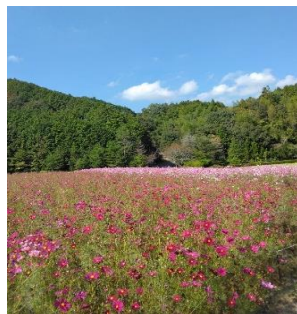




# 赤水老人クラブの活動報告



10月19日(木)赤水老人クラブの14名の方が「一日研修」として「フラワーパークおおず」に行きました。この季節は「コスモス」が見ごろな時季となっており、満開のコスモスに心を奪われたのではないかと思います。



## 【11月】赤水公民館の事業予定について (お知らせ)

- 11月5日(日) 赤水公民館区町民体育祭  
【対象】 地区住民  
【場所】 旧赤水小学校体育館
  - 11月5日(日) 自主防災会防災訓練(夜間訓練)  
【対象】 地区住民  
【場所】 赤水地区
  - 11月中旬予定 花いっぱい運動  
【対象】 防城成川老人クラブ  
赤水・高畑老人クラブ
  - 11月中旬 第2回赤水公民館運営審議会  
【対象】 運営審議委員  
【場所】 赤水公民館
- ※変更内容や詳細等は後日ご連絡いたします。よろしくお願い致します。



## 11月のしおかぜの会について (お知らせ)

日時: 未定(決まり次第お伝えします。)

場所: 赤水地区

「花の寄せ植え」の予定です。

赤水・高畑・防城成川にお住いの方々、ぜひともご参加ください。



## 新聞・雑誌・ダンボール収集日(11月・12月)

・赤水コミュニティーセンター(赤水公民館)



ストックハウス



令和5年  
11月1日(水)  
12月5日(火)

※ 蛍光灯の回収はできません。  
持ち込み厳禁!!  
販売店での回収をお願いします。



月曜日と木曜日が小山公民館主事補助が勤務し、水曜日と金曜日が猪野主事が勤務いたします。火曜日は引き続き完全休館日となります。休館日以外は住民票等の窓口業務を行っておりますのでお気軽にご来館ください。

よろしくお願いします。

## 公民館電話番号

赤水公民館

575-0096 または 75-0096

火曜日は、完全休館日です。

中浦公民館

575-0334 または 75-0334

(月・火・木、猪野主事は中浦に勤務しています。)

外出している場合がありますので、ご用の場合は事前に公民館までお電話ください。

