

## 第56回吉田地区民スキービッグスプリント大会開催!!

- ☆ 日 時 2月22日(日)
- ☆ 開会式 午前8時30分
- ☆ 競技開始 午前9時30分
- ☆ 会 場 吉田クロスカントリー競技場
- ☆ 種 目 (番号が発走順になります)



※スタート時間は予定であり、変更になる場合もあります。

順序	種 目	性別	距離	スタート予定時刻
①	中学生スキーパーク	男子・女子	1 km	9:30
②	小学生(6・5年生)	男子	1 km	9:50
③	小学生(6・5年生)	女子	1 km	10:00
④	小学生(4・3年生)	男子	1 km	10:10
⑤	小学生(4・3年生)	女子	1 km	10:20
⑥	小学生(2・1年生)	男子	1 km	10:30
⑦	小学生(2・1年生)	女子	1 km	10:40
⑧	一般・中学生(フリー)	男子・女子	1 km	11:00

- ☆ 閉会式 午前11時30分

※ 閉会式終了後、福蒔きをおこないます。

どなたでも袋を持ってお集まいでください。

※ 一般 1 kmフリーの募集もおこなっています。

2月12日(木)17:00までに吉田公民館または、各小学校まで  
お申込み下さい。

主催：吉田地区体育協会・吉田公民館

後援：吉田地域自治振興会

吉田地区青少年育成会

交通安全協会吉田支部

《お問い合わせ先》 吉田公民館 ☎ 752-2874



# 3月の教室の予定

※体調の悪い時は参加せず休んで下さい



	教室名	時間	日
吉田公民館	パソコン教室(自習)	午前9時~	3日・10日・17日・24日(火)
吉田公民館	シェイプアップ教室	午前10時~	5日・12日・26日(木)
吉田公民館	ルーシーダットンヨガ教室	午前10時~	13日・27日(金)
吉田公民館	夜のルーシーダットンヨガ	午後8時~	12日・26日(木)
吉田分館	スマイル教室	午後2時~	6日・20日(金)
吉田分館	はつらつ体操教室	午後2時~	2日・9日・16日・30日(月)
鎌島分館	南鎌坂けんこつ体操教室(自主)	午後2時~	3日・10日・24日(火)
真田分館	げんき体操教室(自主)	午後1時30分~	11日・25日(水)

## ☆3月の予定☆



- ◆ ふれあい給食…6日・27日(金)
- ◆ お達者会…11日(水)

**月曜休館日** 2日・9日・16日・23日・30日  
※図書の貸し出しや住民票、印鑑証明、戸籍謄本等の発行はできます。

**無人休館日** 20日(金) (春分の日)  
※全ての業務が休みです

土・日及び利用のない夜間は無人です。  
利用には事前の申請が必要ですのでご注意ください。

## ちんころ作っちゃうぞを開催しました!!

1月10日(土) こねこね協力隊の皆さんから米粉をこねてもらい、参加した皆さんは思い思いに自分だけの「ちんころ」を作っていました。作った「ちんころ」は、こねこね協力隊の皆さんから蒸してもらい、つやつやに出来上がりました。



## 吉田分館・介護予防教室

笑いヨガ体験会を  
下記のようにおこないます!!

☆日時 2月26日(水)  
☆時間 9:30~11:00  
☆場所 吉田山谷集会所  
☆講師 水落 善久さん



笑いヨガは、笑いとヨガの呼吸法を組み合わせた健康体操です。  
血行促進、筋肉をリラックスさせ、脳の活性化、ストレス解消、免疫力アップなど、人の心と体に深く良い効果をもたらします。気楽に楽しく「笑いの力」を実感してみませんか。

※参加申し込みは吉田分館長、入田さん  
(TEL:757-1406)まで、お願いします。

## 吉田分館・介護予防教室

認知症予防ゲーム体験会を  
下記のようにおこないます!!

☆日時 3月13日(金)  
☆時間 9:30~11:00  
☆場所 稲葉集会所  
☆講師 保坂 まゆみさん



認知症予防ゲームは、知的活動、運動、コミュニケーションを促し、脳の活性化や認知機能の維持・向上に効果的です。一人でも複数人でも楽しめ、毎日続けることで効果が期待できます。

※参加申し込みは吉田分館長、入田さん  
(TEL:757-1406)まで、お願いします。