



飛渡公民館だより

キラッ飛

令和7年7月10日
発行：飛渡公民館
十日町市中条戊 665-4
☎・FAX (025)759-2032
E-mail:tobitari-ko
@city.tokamachi.lg.jp

【多世代交流教室】

＼初心者大歓迎！／

サマースクール つまみ細工体験

- 【日 時】7月21日(月・祝)
午後1時30分～午後3時
- 【会 場】四ヶ村ふれあいセンター
- 【参加費】200円(二つ目以降+100円)
- 【講 師】水落ひとみ
- 【持ち物】はさみ・ピンセット
- 【申込締切】7月17日(木)



※申込・お問合せは飛渡公民館まで

共催：飛渡地区青少年育成協議会

【健康づくりひまわり会】

ポッチャ教室

- 【日 時】7月23日(水)
午後1時30分～午後3時
- 【会 場】飛渡公民館
- 【講 師】ネージュスポーツクラブ
小山典彦先生
- 【参加費】100円(保険代)
- 【持ち物】タオル・飲み物



いきいき

【飛渡公民館 介護予防事業】

介護予防教室/フレイル予防教室 開催のお知らせ



・介護予防教室

- 【日 時】7月24日(木)
午前10時～正午
- 【会 場】轟木集会所
- 【内 容】口腔ケアと体操
- 【講 師】小嶋奈苗先生(よんたご体操教室講師)
- 【持ち物】タオル・飲み物



・フレイル予防教室

- 【日 時】7月25日(金)午後7時～午後9時
- 【会 場】活性化施設よんたご
- 【内 容】調理(2品)と栄養についてのお話し
- 【参加費】700円
- 【講 師】管理栄養士 蕪木康子先生
- 【持ち物】エプロン・三角巾・タオル・飲み物
- 【申込締切】7月22日(火)



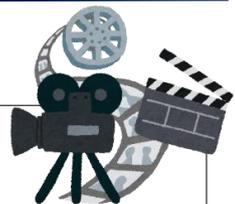
本教室の一部は市の介護予防事業として実施します

【青少年育成協議会】夏休み映画会

- 【1回目】8月6日(水) 四ヶ村ふれあいセンター
19:00～20:00(子ども向け)
- 【2回目】8月7日(木) 飛渡公民館
9:30～10:30(大人向け)
19:00～20:00(子ども向け)

◆上映作品◆

- ・The A-bomb
ヒロシマで何が起こったのか(大人)
- ・100番目のサル(こども)
- ・ウルトラマンに学ぶ キッズ防火防災教室
(大人・こども)



お問い合わせは飛渡公民館まで

🍉 8月の講座・活動の予定 🍉

体操教室			
新水けんこつ体操教室	1・22・29(金) 13:30~	講師:田村京子	飛渡公民館
転倒予防教室	5・19・26(火) 9:30~	講師:小島弘子	四ヶ村ふれあいセンター
よんたご体操教室	4・18・25(月) 13:30~	講師:小嶋奈苗	活性化施設よんたご
公民館利用団体			
あわせおけさ保存会	13・27(第2・4水) 19:30~	代表:池田勉	飛渡公民館
焼物同好会	1・8・22(金) 13:30~	代表:池田臣子	飛渡公民館
飛渡地区わら細工の会	21(木) 9:30~12:00	代表:多田朋孔	飛渡第一小学校

6月の報告

★飛渡地区 ふれあい運動会★

6月8日(日) 飛渡ふれあい運動会が今年も開催されました。今年はピンたおしりレー・玉入れ・満タンレースの他に飛渡のちびっ子たちによる幼児レース・小学生の借り人競争・中高生と有志の人の風船わりレースと飛渡の子供達が活躍する競技も登場し盛り上がりました!



★ふるさと環境学習 ホタル観察会★

6月26日(木) 三ヶ村集落奥(旧小貫集落大杉付近)でホタル観察会を行いました。自然観察員の南雲敏夫先生から源氏ホタルと平家ホタルの違いについて教えていただき子供達は捕まえては「どっちだろう?」と観察していました。今年は昨年に比べてホタルが多いように感じました! 来年も飛渡のホタルに会いに行きましょう♪

★三ツ山地区 田毎の月 観月会★

6月10日(火)・11日(水) 三ツ山地区で『田毎の月観月会』が行われました。悪天候により初日は中止となり翌日も曇り空で月を月を見ることはできませんでしたが、会場では「よいやさ」が行われお祭りのように盛り上がりました!

★多世代交流教室 笹おにぎり作り★

6月29日(日) 飛渡公民館で笹おにぎり作りを開催しました。十日町市調理師会の支部長塩川喜一様と調理師会の皆様に講師をして頂き、笹おにぎりとは具たくさん味噌汁の二品の調理に挑戦! 災害時に炊き出しとして提供できないか、どうせなら郷土料理になるような地場の物をと「笹おにぎり」を考案されたそうです。中身は調理した山菜をメインにし、殺菌効果のある笹で包んでいます。



夏季公民館解放

期間: 7月28日(月)

~8月28日(木)

午前9時半~午後3時

勉強や休憩にぜひご利用ください!
※講座や会議などで部屋が使えない場合があります。ご了承ください。



情報館 飛渡分室 本をピックアップ!

今月は飛渡分室にある本の中からタイトルのみ紹介します♪

- ★僕らふたりに運命の糸は/霧友正規(一般書)
- ★戦国大名は経歴詐称する/渡邊大門(一般書)
- ★いろのくに がすのくに/カーリン・ヴィルセン(児童書)
- ★ママがおばけになっちゃった!/のぶみ(児童書)

