



飛渡公民館だより

と キラッ飛

令和8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

【健康づくりひまわり会】ポッチャ教室

【日 時】7月24日（金）

午後1時30分～午後3時

【会 場】池谷集会所

【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

※こまめな水分補給を忘れずに！



いきいき

【飛渡公民館 介護予防事業】

介護予防教室 開催のお知らせ

【日 時】7月27日（月）

午前9時30分～午前11時

【会 場】轟木集会所

【講 師】保坂まゆみ先生

【持ち物】タオル・飲み物

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



◆子ども向け◆ 午後7時～午後8時

8月5日（水）四ヶ村ふれあいセンター

8月6日（木）轟木集会所

〈上映作品〉・いわたくんちのおばあちゃん

～ぼく、戦争せんけえね～

・おばけのてんぷら

※夜の活動になりますので

子どもたちは必ず保護者同伴をお願いします

◆大人向け◆ 午前9時30分～正午

8月6日（木）飛渡公民館

〈上映作品〉・おくりびと



○ 脳いきいき講座のご案内 ○

※エリア等の詳細につきましては町内回覧のチラシをご確認ください

認知機能を測定したり、認知症予防に役立つ講話を聞いたりします。
脳の健康度をチェックしてみませんか？

【対象者】・認知予防に関心のある

65歳～84歳の方

・2日間とも参加できる方

【日 程】1日目：8月18日（火）

2日目：9月15日（火）

両日とも午後1時30分～午後3時

（受付は午後1時15分から）

【場 所】中条公民館（3階学習室）

【講 師】NPO むすび

【参加費】無料

【持ち物】眼鏡（必要な方）・飲み物 など

【定 員】25人 申込締切：8月12日（水）

※定員になり次第締め切ります。

【申込先】十日町市役所地域ケア推進課

☎757-3511 受付時間（月～金曜日）

午前8時30分～午後5時15分



🍉 8月の活動の予定 🍉

体操教室			
新水けんこつ体操教室	5・12・26(水) 13:30～	講師: 田村京子	飛渡公民館
転倒予防教室	11・18・25(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	3・10・17・24(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	12・26(水) 19:30～	代表: 池田勉	飛渡公民館
焼物同好会	1・8・29(土) 14:30～	代表: 池田臣子	飛渡公民館
飛渡地区わら細工の会	20(木) 9:30～	代表: 多田朋孔	飛渡第一小学校

実績報告

★飛渡地区ふれあい運動会★

6月14日(日) 飛渡地区ふれあい運動会が今年も開催されました。約200人の地域の方が集まり、どの競技も大変盛り上がりしました。中でも名物の満タンリレーは最終競技ということもありと大白熱でした！ご参加いただきありがとうございました！



[ふるさと環境学習]★ホタル観察会★

6月25日(木) 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説明していただきました。その後虫網で捕まえてホタルをペットボトルに入れて大きさや光方の違いを観察しました。



[多世代交流教室]★桜の木の草木染め★

6月28日(日) 飛渡公民館で草木染めを行いました。講師の加藤裕子さんの指導のもと、今回は桜の木を使った草木染めに挑戦！昨年と同様に「くぎ」と「ミョウバン」の2種類の色止め液を使用し、好みの濃さに仕上げました。



夏季公民館解放



期間：7月30日(木)～
8月28日(金)

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。
※飲み物は各自お持ちください。



情報館 飛渡分室 本をピックアップ！

★花屋さんが夢見ることには／山本幸久

美大生のミドリが駅前の花屋「川原崎花店」で働きながら、多様なお客さんとの触れ合いを通じて自分の夢と将来を見つめ直す、心温まる青春お仕事小説です。

★素晴らしきレトロケーキの世界／中田ぶう

「バタークリームにスワンシュ、動物ケーキにプリン・アラ・モード。昭和、平成と、あの頃の幸せな思い出を作ってきた懐かしのケーキたちが、今ここに大集合！日本の洋菓子界を支えてきた「コロバン」「ゴンドラ」「近江屋洋菓子店」に「マッターホーン」。それぞれの歴史や秘話を徹底取材！

「いい本 いっぱい NEW」6月15日に入れ替えました。ぜひお立ち寄りください。