

橋本地区公民館

つれもていこら

橋本市市脇
一丁目3番18号
橋本商工会館2F
TEL 34-2750
発行部数4,150

うたごえ広場

『うたごえ広場』を開催します。是非ご参加下さい♪

日時 **6月29日(木) 13:30時~15時30分**
場所 橋本地区公民館 研修室
伴奏 みんなの音楽室(藤田夫妻)
定員 **30名(先着順)**
持ち物 飲み物
参加費 無料
申込み **6月1日(木) 9時~**



♪懐かしいメロディにのせて

皆で楽しく歌いましょう♪

第2回 大畑才蔵講座

申込み受付中です♪

◇日時 **6月15日(木) 13:30~15:30**
①紙芝居「紀州の知恵袋」: 中本 敏子氏
②「そして吉宗、弥惣兵衛は…」: 久次米 英昭氏
◇場所 橋本地区公民館
◇定員 30名(先着順) ◇参加費 無料
◇持ち物 筆記用具



緩和ケアが支えるがん治療 ~あなたのまちのホスピスがみなさんのためにできること~

◇日時 **6月16日(金) 14:00~15:30**
◇講師 医療法人南労会 紀和病院院長 山上 裕機
紀和病院 緩和ケア科医師 曾和 晃正
紀和病院 がん看護専門看護師 日下部 聖美
◇場所 橋本地区公民館 研修室
◇定員 30名(先着順) ◇参加費 無料



館主催事業

お申込み・お問合せは
TEL 34-2750へお願い致します

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、館主催事業は中止、もしくは延期になる場合があります。

6月の休館日: 5日・12日・19日・26日

健康ウォーキング

健康のためにみんなで楽しく歩きましょう♪

- ◇日時 6月22日(木)
- ◇集合 隅田地区公民館
10:00 ※雨天中止※
- ◇行先 隅田八幡・丸高稻荷方面
- ◇定員 15名(先着順)
- ◇参加費 無料
- ◇持ち物 飲み物・タオル等
- ◇申込み 6月1日(木) 9:00~



健康一番体操

毎月第4火曜日に開催しています。

- ◇日時 6月27日(火)
13:30~
- ◇場所 橋本地区公民館
- ◇講師 岸田 昌章氏
- ◇持ち物 お茶・タオル等
- ◇参加費 300円
- ◇定員 16名(先着順)
- ◇申込み 6月1日(木) 9:00~



乳幼児親子学級

子育て中の皆さん、公民館に来て一緒に遊びませんか？
季節のイベントをまじえて、皆で楽しみましょう。一度遊びに来てね♪
毎回10:00から始まります！

★参加希望の方はお申込みください。

ベリィーベリィー

◇対象：0~1歳前後・妊婦さん

6/8(木)『親子ヨガ』

講師：高野 宏恵先生

持ち物：飲み物、タオル



ぐー☆ちよき☆ぱあー

◇対象：1歳前後~就園前

6/14(水)
『七夕ゼリーづくり』

参加費：100円

持ち物：エプロン・三角巾・タオル等



月一回は
みんな一緒に

6月の合同
イベント

6/28(水)『部屋遊び』

あやの台チルドレンセンターの方に来ていただきます。
運動、ふれあい、指先遊びをしましょう♪



令和5年住宅・土地統計調査の調査員を募集します

国が行う統計調査で、橋本市内で調査票の配布や回収などを行う調査員を募集しています。

- 申込期間 7月14日(金)まで
- 応募資格
 - ・原則として満20歳以上の方
 - ・責任をもって調査を遂行できる方
- 報酬 約3万~7万円(担当調査区数等により異なる。)
- 活動期間 8月末から10月末の約2か月間
- 申込方法 市ホームページ(右の二次元コード)または下記の問い合わせ先に電話で申し込んでください。
- 問い合わせ先 橋本市役所 総務課 文書統計係 TEL 33-6110



橋本市ホームページで公民館だよりをご覧ください！カラーの紙面を読んでいただけます。

橋本地区公民館の概要→公民館だより
橋本地区公民館の活動の様子→主催事業の報告
健康ウォーキング→ウォーキングコースの紹介

スマホでアクセス！
橋本地区公民館QRコード



健康ウォーキング

主催事業の様子

健康一番体操

4月のウォーキングは、杉村やすらぎ広場から出発しました。さわやかなお天気で気持ちよく歩くことができました。



4月は「5つの活」について教えていただきました。その1は、「腸」と「脳」でした♪たくさん運動して、腸と脳の機能を高めましょう！



乳幼児親子学級



ベリィーベリィー 「保健師さん相談会」

保健師さんに、普段疑問に思っていることなど相談にのっていただきました。



ぐー☆ちよき☆ぼー 「ビッグおえかき」

おうちの人とたくさんおえかき楽しかったね！



橋本地域共育コミュニティだより

◀橋本小学校▶



6月主な行事予定

1	木	職場体験学習 (～2日、中央中学校生)
2	金	PTA文化部会
6	火	1・2年生なかよし会 ふれあいルーム(1年生)
7	水	給食試食会(1年生保護者)
8	木	プール掃除
9	金	うめ学習(5年生) 眼科検診(全校)
13	火	2年生お店訪問
14	水	プール開き 委員会活動 ふれあいルーム(4年生)
15	木	内科検診(1・6年生)
20	火	航空写真学年写真撮影(午後)
21	水	縦割り班活動
22	木	航空写真全校写真撮影(午前)
26	月	交通指導(職員) 漢字博士検定

今年度から運動会を秋開催としたため、例年よりはゆったりと学校の教育活動を実施しています。とはいえ、エプロン先生をはじめとする共育コミュニティの方々にお世話になり、3年生町探検、5年生家庭科の手縫い実習、2年生お店訪問と地域の皆様と共に活動できる機会が目白押しです。いつもご協力いただきありがとうございます。

今月は橋本小学校創立150周年記念として、航空写真を撮影します。また早いもので水泳学習も始まります。暑さ対策等十分に気を付け、橋本小学校今月も楽しみながらいろんな活動に取り組んでいきます。



橋小ホームページQRコード

◀橋本中央中学校▶



6月主な行事予定

1	木	職場体験 1日目(2年生)、学校運営協議会
2	金	職場体験 2日目(2年生)
5	月	内科検診
9	金	眼科検診
10	土	～11(日) サッカー県大会
12	月	耳鼻科検診
15	木	中間テスト発表
18	日	少年メッセージ2023伊都地方発表大会
20	火	内科検診
22	木	～23(金) 中間テスト実施【5教科】

5月8日からコロナウイルス感染症の位置づけが2類から5類へと変わりました。学校現場では、大きな混乱はありませんが、自己判断・自己責任となる中で、今後感染者数の増加が懸念されます。引き続き、感染症防止に対する意識を高めていく必要があると考えています。ウィズコロナの状況下でも、橋本中央中学校生は、学習や学校生活、そして部活動に頑張っています。

展の会【春夏秋冬】

ある春の日



竹部 美紀

今年の春休み、小学2年になる孫娘を連れて、夫と3人で関西サイクルスポーツセンターへ出かけた。桜が咲いて春めく、どこか近くで楽しいところはないか、と思いついたのがここだった。
正面ゲートから坂道をしばらく歩くと、いろいろなアトラクションが目に入ってくる。孫娘はパークマップを見ながら「順番に回って全部乗ってみたいな」と言って駆け出した。

アトラクションの乗り物はほとんど自動で動くのだが、必ずペダルがついている。「健康のためペダルを踏みましょう。カロリーが消費されます」と表示されているのに気がついた。ペダルを踏んでみると、微妙な動きがプラスされておもしろい。これで一石二鳥だなと思った。

途中どこで道順を間違えたのか、小川の流れる山道に下りてしまった。静かで空気が美味しく、森林浴をしながら散歩するのもいいなと歩きだした。が、しだいに上り坂が急になり、それが延々と続くと、足が重くなって前に進まない。やっと坂の上に着いたときには、ホッとため息が出た。

閉園近くまで園内を歩き回り、アトラクションを満喫した。帰り道、孫娘はスキップしながら「また来ようね」と笑顔で言う。付き添いのつもりが、いつの間にか一緒にはしゃいでしまい、疲れも吹き飛んでいた。たまには高齢者にも、こういう刺激が必要だと感じた一日だった。