



〒798-4131 愛媛県南宇和郡愛南町城辺甲1943番地

発行 城辺公民館

TEL 0895-72-0065 FAX 0895-72-0031 E-mail johen-k@town.ainan.lg.jp

休館日 火曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

パソコン教室 秋冬コース

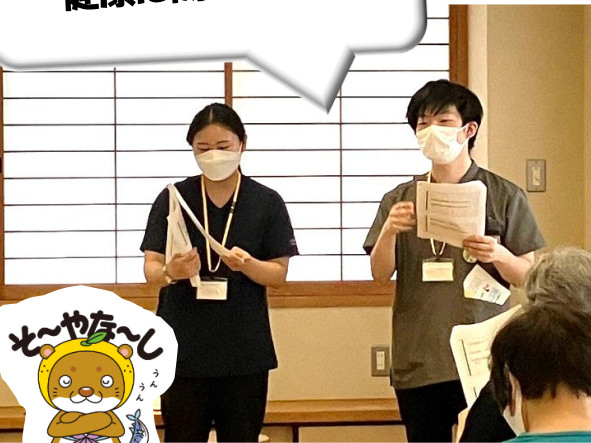


9月20日(水)、令和5年度 城辺公民館パソコン教室～秋冬コース～がスタートとなりました。このパソコン教室(秋冬コース)は、9～11月にかけて計10回の講座を予定しています。講師として小八木美希さんをお招きし、1回目となる今回はパソコンの基礎や操作方法を学びました。受講者達は、講師の説明を聞きながら、操作方法を試したりと熱心に取り組んでいました。

第3回 健康づくり教室

愛媛大学医学部学生による『健康に関する講話(糖尿病について)』と『骨格に沿った正しい姿勢を学ぶ～肩こり予防・緩和ヨガ～』

愛媛大学医学部学生さん
健康に関する講話中



ヨガインストラクター
野田恵子さんによる
ヨガ中



8月31日(木)、第3回 健康づくり教室を行いました。今回は、特別講師に健康教育の一環で地域の医療学習を目的として取り組まれている愛媛大学医学部学生の大嶋さんと藤井さん講師により『健康に関する講話(糖尿病について)』、また、ヨガインストラクターの野田恵子さん講師により、『骨格に沿った正しい姿勢を学ぶ～肩こり予防・緩和ヨガ～』をしました。『健康に関する講話(糖尿病について)』では、“うまく糖と付き合いよう”と題して身近に潜む糖尿病の危険性や糖尿病にならない為にはどういった生活習慣が大切なのかなど、分かり易い資料と共にお話を聞くことができ、参加者は健康について学びを深める1日となったことでしょう。

10月 神無月 October 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
1	日	久良	久良自主防災講演会	久良公民館 2階 大集会室
		僧都	僧都川クリーン大作戦	僧都・山出地区僧都川沿い
		東海	東海地区ふれあいスポーツ大会体験教室	旧東海小学校体育館・グラウンド
2	月	深浦	老人クラブ役員会	深浦公民館 1階 青年室
4	水	城辺	パソコン教室(3回目)	城辺公民館 2階 研修室
8	日	久良	久良地区秋季大運動会	久良小学校グラウンド
		緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
11	水	城辺	行政相談	城辺公民館 2階 多目的ホール
		城辺	陶芸教室	城辺公民館 1階 創作室・ふれあい学習室
		城辺	パソコン教室(4回目)	城辺公民館 2階 研修室
12	木	久良	いきいき健康づくり協議会(会議)	久良公民館 2階 大集会室
		城辺	国際交流講座(第5回)	城辺公民館 1階 ふれあい学習室
13	金	城辺	陶芸教室	城辺公民館 1階 創作室・ふれあい学習室
15	日	深浦	にこにこサークル(小運動会に参加しよう)	深浦なかよし館
17	火	深浦	老人クラブ一日研修旅行	高知方面
18	水	深浦	婦人学級視察研修	高知方面
		緑	よりあい喫茶「えんこう」日帰り研修	高知方面(予定)
		城辺	パソコン教室(5回目)	城辺公民館 2階 研修室
20	金	城辺	人権相談	城辺公民館 2階 研修室
23	月	東海	高齢者健康教室	東海公民館 大ホール
25	水	城辺	第5回 健康づくり教室	城辺公民館 3階 和室
		城辺	パソコン教室(6回目)	城辺公民館 2階 研修室
28	土	久良	釣り体験教室	久良公民館周辺の岸壁
29	日	東海	東海地区ふれあいスポーツ大会	旧東海小学校体育館・グラウンド

10月 神無月 October 城辺公民館休館日

火曜日	祝日
3日・10日・17日・24日・31日	9日(月)スポーツの日

*上記以外にも臨時に休館することがあります。

10月 神無月 October 城辺公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	収集日の前日までに持ち込んでください。 蛍光管の持ち込みはできません。
19	木	矢の町集会所・城の辺学習館・松本集会所・蓮乗寺集会所	
24	火	太場集会所・豊田集会所・中の谷・鼻共同住宅横・三島団地・愛南町役場	

9月 長月 September 1日現在 城辺地域公民館区世帯数・人口

館区	世帯数	人口		前月比	
		男	女	世帯数	人口
城辺	1,936	3,663		-8	-12
		1,699	1,964		
僧都	128	231		+1	+1
		109	122		
緑	349	681		-1	-3
		349	332		
深浦	345	575		+4	+1
		262	313		
東海	257	474		+1	+2
		227	247		
久良	366	635		±0	-5
		305	330		
計	3,381	6,259		-3	-16
		2,951	3,308		

城辺公民館からのお知らせ

令和5年度 健康づくり教室の参加者募集について

こころと体の健康維持・増進のための健康づくり教室を開催します。

日時 令和5年10月25日(水)

場所 城辺公民館 3階 和室

内容 骨格に沿った正しい姿勢を学ぶ
～骨盤を整えようヨガ～

その他 参加費無料。ヨガマットまたは、バスタオルを持参してください。

★詳細や参加申込書は、10月の回覧文書で各戸配布します。

