

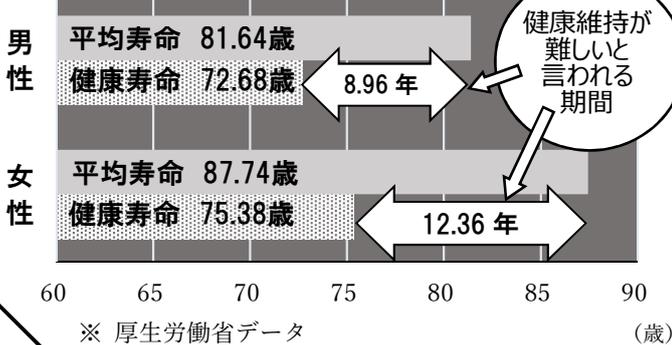


## 参加者募集中!!



11月24日より始動!! 毎週 木曜 午前9時~(約1時間程度)  
「荒川シニア元気体操」で健康寿命を延ばしましょう!

### 平均寿命と健康寿命(2022)



場所：荒川公民館 2階 研修室

⇔ 〈平均寿命〉と〈健康寿命〉の差を縮めていきたい

- ・荒川シニア元気体操を皆さんで楽しみましょう
- ・高齢者対象でイスを利用してゆっくりなテンポで簡単
- ・定期的な体力測定で効果の確認
- ・体操だけではなく、楽しく「脳トレ」、「昔あそび」など
- ・指導は地域包括支援センターと

地域のさくらフィットメンバー

### 12月の学級講座

- ふ 「ふるさと学級」
- 豊 「豊か活きいき学級」

日にち変更です ⇒⇒ 12月23日(金)

定員：20名 (先着受付順)

豊 お正月花飾り 13:30~  
3階 ホール

講師：小高 博 氏

新しい年の準備に。好評の講座です。

【当日の持ち物】

- 植木ハサミ エプロン
- 軍手 持ち帰り用袋 タオル
- 材料費 ￥1,000



### 1月の学級講座 ご案内

1月26日(木) 豊 『味噌作り』

講師：熊谷友の会

9:30~

2階 研修室

塩分控えめの味噌を仕込みます。

1セット(¥1,100)で約2kgの味噌ができます。

(※コロナの状況により机上講習の場合あり)

12月23日(金)まで受付中(25名)

### 11/3(木) 《リユースフェア》開催しました



午前中に開催し、70名以上を超える皆さんが来館され、買い物を楽しみ大変盛況でした。当日売上は91,580円でした。

(荒川ライフ)



1階ロビーに今年もクリスマスツリーとサンタ飾りました。

公民館の年末年始の休館は  
12月28日(水)~1月4日(水)です。

【蛍光管】・【電池】・【鏡】の有害ゴミは  
駐輪場に置場を設置します。

伊勢町  
八千代

## 大成功!! エレキギター・コンサート



秋晴れのもと伊勢町ふれあい公園で行われたコンサートが大盛況で終了させていただき感謝しております。お陰様で参加人数も200人余りとなり大変嬉しく思います。会場の皆様も元気、感動を頂き充分楽しんでようです。また、各団体、荒川公民館の皆様、ご協力ありがとうございました。

(伊勢町八千代会 堀口)

見晴町  
自治会

## 秋の530運動の 側溝汚泥揚げ活



人ま集りっ積のた場  
投汚にボ泥集

秋恒例の側溝汚泥揚げ作業が10月30日(日)午前8時から町内全域で180名程が参加、200個程の段ボールの汚泥が揚げられました。(自治会長 片岡)

南子連

## 第93回 南子連サッカー大会開催!!

11月12日(土) 南小学校校庭 ・河川敷緑地広場でコロナ禍の為大会は午前のみ開催になりました。

	男子	女子
優勝	赤城・宮本合同	河原仲よし
準優勝	宮前青空	榎いずみ
第3位	河原・月見合同	伊勢・宮前合同
敢闘賞	伊勢はぐるま	見晴・月見合同

- ◆南子連かるた大会 12月10日(土)  
午後1時30分~5時 荒川公民館3階ホール
- ◆凧作り体験 12月25日(日)  
午前9時~12時 荒川公民館3階ホール
- ◆凧あげ・ポイントゲーム 1月8日(日)  
午後1時~4時 荒川河川敷ラグビー場

(林 編集委員)

見晴シニア

## 元気に芋煮会!!

荒川神社境内に於いて、本場山形牛のお肉を使って暖かく美味しい芋煮汁とオニギリや焼き芋などを町内外61名の参加者が美味しくいただきました。



芋煮会で歓談・食事中の皆さん

また、食後の第2部ではオカリナや2名のフルート演奏もあり、柔らかな風に美しいメロディーが流れました。

(見晴シニアクラブ高砂会 小高)

### お知らせしたいこと

 館内利用の際には、コロナ感染防止のためマスクの着用やアルコール消毒等に努めましょう。

 公民館南側の花壇にチューリップの球根やパンジーを植えました。春が楽しみです。

 1階の和室出窓の壁がはがれていたため、修理しました。同時に外壁からの水漏れ対策も実施しました。

 牛乳パックリサイクル  
11月分1000ml 756枚、500ml 3枚届きました。引き続き牛乳パックの回収をお願いします。

荒川  
ライフ

## クリスマス飾り付け



11月17日、3階ホールに飾り付けをしました。12月22日まで飾りますので、パーティー等で活用してください。(荒川ライフ会長 石渡)

### 11月に届いたチラシから TOP3のご紹介

- 熊谷まちあるきアプリ「くまぶら」謎解きゲームの活用
- おもてなし料理 12/11・16 市勤労青年ホーム
- 喜歌劇「こうもり」さくらめいと・太陽のホール