

志賀公民館だより



発行 志賀公民館

TEL/FAX 同じ番号です
0736-26-0111

スポーツの秋、読書の秋、健康増進を目指す秋がやってきました。筋力の低下を防ぐことや体幹を鍛えることが健康寿命を継続させることにつながります。暑い夏が過ぎて身体を動かしやすくなるので、自分に合った運動を始めてみませんか。

10月の予定

10/1日（木）9：30～ 健康保険課による健康相談 気軽に来てくださいね！
10：15～ サロンあります。



10/18(日)志賀まつり 10時～15時

‘灯りの里’ 志賀寄合会主催

志賀自治区、志賀公民館も共催です。また、スタッフとして鶴寿会、ITG、ワッショイ、消防団の皆様にはご協力いただきたいと思います。



11月の予定



11/5（木） 9：30～11：00 健康保険課による健康相談及び軽い運動
※血圧測定、問診

少しでも気になることがあれば、気軽に相談できます。誰かに話してみると心が軽くなりますよ～

11/14(土) 9：30～11：00 ボッチャ大会！
※詳細はチラシで確認してください。

9/1(火)8:00～13:30 パークゴルフ体験 :かつらぎ西部公園パークゴルフ場

大変暑い日でしたが、参加者の皆さんはとても元気に楽しんでくれました。70歳代の方が大変元気でした。初心者でも充分楽しめる生涯スポーツなので多くの皆さんに体験してもらいたいです。

ゆるやかな芝生で歩いて行きます。ルールは簡単なので、「やってみようかな」と思ったら是非公民館に連絡くださいね。



★★★ 今後の公民館講座・事業のお知らせ ★★★

(予定でなくても実施する講座もありますので、毎月の公民館だよりでご確認してください。)

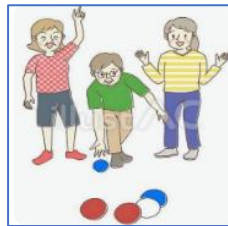
令和 8 年 11 月 14 日(土) ボッチャ大会 9:30~11:00

令和 8 年 12 月中旬 クリーン作戦

令和 8 年 12 月下旬 しめ縄教室

令和 9 年 1 月上旬 ボードゲーム大会

令和 9 年 2 月 未定



☆☆☆ 出張大腸がん検診 in 公民館のお知らせ ☆☆☆

- ・検査キット、書類の配布 : 期間 令和 8 年 11 月 4 日(水)~11 月 14 日(土)
- ・検便、書類の回収 : 期間 令和 8 年 11 月 17 日(火)~11 月 19 日(木)
- ・参加者病院やクリニック、役場に行かなくても公民館で大腸がん検診を受けられます。

※違和感のある方は、検診を待たずに医療機関で受診してください。

早期発見で治療できる確率が高くなります。

●●● かつらぎ町・岩出市・紀の川市・橋本市合同開催 ●●●

地域をむすぶ葛城修験～桑原正明水彩画で巡る歴史と文化～開催のお知らせ

展覧会 12/4 (金) ~ 6 (日) @かつらぎ総合文化会館展示ホール

トークセッション 12/5 (土) 13:30~15:00 @かつらぎ総合文化会館 AV ホール

申込・問合せ先 **紀の川市教育委員会** (右の二次元コードもしくは往復ハガキで申込)

0736-79-3907



▲申込はコチラ

いずれも無料。トークセッションのみ要申込。詳細はかつらぎ町 HP でご確認ください。

かつらぎ町の公民館は、
(地域交流センターの利用も公民館と同じです。)

火・水・木・金・土(日曜日と夜間は要予約)

※祝日及び年末年始は休館です。

※その他の都合により休館にしている場合があります。



時間帯／曜 日	月	火	水	木	金	土	日
9:00-17:00	休 館	開 館					
17:00-21:00		要 予 約					