

# 四邑公民館だより

## 新年明けましておめでとうございます

あけましておめでとうございます。四邑地区のみなさまには、それぞれの感慨や抱負を胸に、新たな年をお迎えになられたことと存じます。

平素は、公民館活動にご支援、ご協力いただき誠に有難うございます。

去年は、レクリエーション大会・夏まつり等を開催させていただきました。

おしゃべりカフェではお饅頭をつくって持ってきていただいたり、みんなでタコ焼きを焼いたりと楽しく過ごしています。

手芸サークルでは、クラフトバンドで小物やバッグ作成などを個々に作って楽しんでいます。

高齢になるにつれ外出する機会が少なくなってくると思います。保健師の季節に合わせた健康についてのお話や理学療法士による体操、脳トレなども月に一度開催しています。

公民館に立ち寄っている人との交流など楽しい時間をつくっていただけたらと思っています。

今年も、1月に婦人学級、2月には高齢者学級の移動教室も予定しています。



インフルエンザが蔓延していますので健康には充分注意して良い一年となりますようにお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和8年1月元旦

四邑公民館館長 胡麻 能章

### 四邑公民館主催 健康体操



日時：令和8年1月14日(水)

午後1時30分～

場所：四邑公民館 2F 多目的ホール

講師：役場健康保険課

松井理学療法士・岡本保健師

健康寿命を延ばしましょう！

当日参加もOKです。

ご参加お待ちしております。

### お知らせ

#### 世帯ごとに可燃性ごみ袋を無料配布

公民館でも引換可能ですので、引換券を持参のうえ、お越してください。

【引換期間】令和8年2月27日(金)17時まで

※公民館は(火)～(土)9時～17時

#### \*四邑公民館の年末年始のご案内\*

令和7年12月29日(月)～

令和8年1月5日(月)まで

閉館致します。

☆令和8年もご指導ご協力

宜しくお願い致します☆

## 12月の事業報告

### キャンドルづくり教室教室

令和7年12月19日(金)午後2時~作成しました  
クリスマスに間に合いました。



### しめ縄づくり



令和7年12月13日(土)午後1時30分~作成しました  
しめ縄を飾るのは、不浄のものや悪霊は入れさせないとされてい一種の防御壁・魔除けの役割も果たしているそうです。年神様を迎えるための目印といわれます。  
氏神様のしめ縄も立派に出来上がりました。

### 健康体操

令和7年12月12日(金)午後1時30分~午後3時30分  
フレイル状態から介護状態にならないよう頑張っ月に1度実施しています。



\*保健師によるインフルエンザに関するお話\*



\*理学療法士さんによる体操\*



\*脳トレーニング\*

※くるみ絵・フラワーアレンジメント教室は中止となりました。

かつらぎ町の公民館は、  
火・水・木・金・土(日曜日と夜間は要予約)

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				

※祝日及び年末年始は休館です。  
※その他都合により休館にしている場合があります。

