

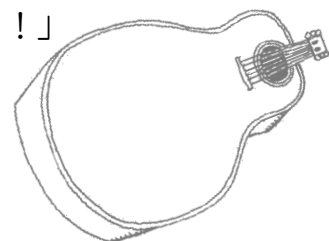
# ふれあいプラザ

## 高畠地区公民館だより

第319号  
令和5年2月1日  
高畠地区公民館  
館長 菅野 卓  
☎52-4492

### 第3回プラザ講座 「楽しくワイワイ! みんなで歌おう!!!」 参加者募集

「あの頃歌っていたあの曲、みんなで歌ったら楽しいだろうなあ！」  
「昔弾いてたあの曲、もう一度やりたいなあ！」  
「押し入れにギターあったよな！」  
こんな方、いませんか？



昨年も計画しましたが、「新型コロナウイルス感染症」対応のため、急きょ中止に。「ギター弾けないんだけど、参加できませんか?」「今年はもうしないんですか?」などなど、問い合わせが多数ありました。

そこで今年度は…、ギターを弾く人もそうでない人も、だれでも参加できるようにと考え、『楽しくワイワイ! みんなで歌おう!』というテーマで実施します。おしゃべりしながら、ギターやフォークソング・昭和歌謡を楽しんでみませんか? みんなでワイワイ、歌ってみましょう!

- ♪ 日 時 2月16日(木) 午後6時30分~8時30分
- ♪ 場 所 総合交流プラザ 2階 研修室
- ♪ 内 容 ギター伴奏に合わせて、フォークソングや昭和歌謡をみんなで歌います。
- ♪ 講 師 高畠地区公民館長 菅野 卓
- ♪ 対 象 高畠地区にお住まいの方
- ♪ 会 費 無料
- ♪ 持 ち 物 特にありません。ギター伴奏できる方はギターを!
- ♪ 申し込み 2月13日(月)まで、高畠地区公民館(☎52-4492)  
担当: 伊藤にご連絡ください。
- ♪ そ の 他 ※1) マスク着用でご参加ください。  
※2) 歌ってみたい曲など、申し込みの際お知らせください。  
※3) 「みんなでワイワイ歌う」「楽しくギターを弾く」ことを目的とします。本格的なギターテクニックなどは、他の「ギター講座」等で学習してください。



## 2月の予定

February

月 日	事業名	開催時間	会 場
2月 8日(水)	助け合い・支え合いの地域づくり会議	午後3時~	総合交流プラザ
2月14日(火)	年度末区長会	午後6時~	地区内
2月16日(木)	第3回プラザ講座	午後6時30分~	総合交流プラザ

## 新年の抱負を語り合う

「令和5年高畠地区新春顔合わせ会」を1月9日(月・祝)に開催し、高畠地区の区長並びに各種団体の代表の方々が出席しました。

実行委員長の高橋秀一区長会長の挨拶に続き、ご来賓を代表して高梨忠博町長、島津良平県議会議員、佐藤仁一町議会議員から年頭のご挨拶をいただきました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から「マスク会食」を行いながら、限られた時間ではありましたが、意見交換や情報交換を行い、親睦を深めました。



## 認知症カフェを開催します!

認知症のある方もない方も気軽に集えるカフェです。

当日は認知症や介護について相談できるブースも設けております。相談するもよし! ふらっとよってみるのもよし! ちょっとしたお茶やお菓子も準備しておりますので、お誘い合わせの上お越しください。

- 日 時: 令和5年3月8日(水) 午後1時30分~午後3時30分
- 会 場: とこしえ高畠 地域交流室(高畠町大字高畠 旧高畠駅前)
- 定 員: 10名程度
- 参 加 費: 無料
- 申し込み: 高畠町健康長寿課 地域包括ケア係(げんき館) 52-4495(担当: 渡部)  
※デマンドタクシー(片道100円)の利用ができます。助成申し込みが必要です。

## たくさんの福が来ますように

1月5日（木）、高畠町放課後児童クラブあおたけに通う児童18名の皆さんと、小正月の伝統行事「だんご下げ」を行いました。ミズキの木は昨年に引き続き、土屋俊広さん（高安）にご提供いただきました。

初めに、菅野館長から今年の干支「卯」に関する話を聞いた後、楽しくお話をしながら、ふなせんべいや折り紙などを飾り付けました。

今年は一段と枝ぶりのいい大きな飾りとなり、館内が華やかになりました。

◎由来あれこれ

ミズキの木…水分を多く含む木のひとつで「火事にならないように」

だんご…田んぼの神様のためのもの。

本当のお米を使っていた頃は「落ちれば豊作」と占ったそうです。



## さくら草の会（大町一）

サロンを立ち上げて早12年目、それなりに体力も気力も落ち、小物作り、お花見、地域の散策と活発に行っていた活動から、百歳体操や、おらっちょ体操で健康な体作りと、お茶を飲みながら楽しい話で心の健康づくりに励んでいます。参加者が減少し、集落内にも一人暮らしの高齢の方が増えてきていますが、大町一にお住まいの方ならどなたでも気軽に参加できる生きがいづくり、仲間づくり、健康づくりのサロンになるように心掛けています。

私たちのサロンは月2回、第2・第4火曜日に交流プラザで活動をしていますので、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

代表 菅野優子



## 高畠地区サロン紹介

### サロン・ド・ハトミネサン（熊の前）

いつまでも健康で明るく元気でいられるようみんなでいきいき百歳体操をしたり、手芸教室を開催したりと毎週1回のサロンを楽しんでいます。また、四季折々を感じるよう、春は桜回廊で癒されたり、夏はマイナスイオンを浴びて涼をとり、秋は紅葉を散策しながら食欲の秋を満喫して冬に備えてパワーアップ！

戸数が少ない集落で、参加者は少し少ない分、まとまりがあって、楽しいことには人一倍、頑張っています。

以前、健康に関する出前講座をお聞きし、さらに健康に対する意識が高まりました。これからも元気でいきいきと過ごせるようみんなでサロンを楽しんでいきます。

代表 菅野たか子



## マイナンバーカード申請出張受付（予約制）

総合交流プラザでマイナンバーカードの申請受付を行います。

令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請した方は、**マイナポイント最大2万円分がもらえます！（別途申請が必要です。）**これを機に申請してみませんか？

- 日 時：2月22日（水）午前9時～12時  
※2月21日（火）まで総合交流プラザ☎52-4492に電話予約が必要です。（土日祝日を除く午前9時～午後5時）
- 場 所：総合交流プラザ 2階 研修室3
- 内 容：顔写真の撮影（無料）、申請書の記入
- 持 ち 物：①個人番号通知カード  
②本人確認書類 顔写真付き1点または顔写真なし2点

【問合せ】町町民課住民年金係☎52-1345