



# 御明神公民館だより



発行：御明神公民館  
発行日：令和7年3月27日  
電話：019-692-3228

令和7年2月末日現在

御明神地区の人口

合計 2,058人  
男 991人 (-4人)  
女 1,067人 (-1人)  
世帯数 819戸 (+2戸)  
( )内は前月末比

## 御明神みらいづくり協議会



御明神みらいづくり協議会は発足し3年目を迎えました。これまでの10年とこれから先の10年を考えた場合、今何か出来ることはないか？の思いで立ち上げた組織です。「何とかなるだろう！」の思いと「どうなるのだろうか？」の不安な気持ちを地域の皆さまと共に自分たちで今できることを考えていきたいと思ひます。人口減少・少子高齢化が問題ではなく、御明神地区に暮らし続けるためには、「何が必要か？」「課題は何か？」など現状の把握が必要と考えます。

下表を見て分かるように、著しく人口は減少していますが、それに対応する仕組みづくりとして地域運営組織「御明神みらいづくり協議会」が設立されました。

### 【御明神地区人口推移】

	男	女	合計
平成10年	1,628人	1,726人	3,354人
平成20年	1,452人	1,523人	2,975人
平成30年	1,148人	1,255人	2,403人
令和6年	1,005人	1,073人	2,078人

◎全て12月末現在の人数です。

- ・はぐくみ部会
- ・にぎやか部会
- ・体育部会

3つの部会を中心に、「今できること！」をひとつひとつ行いたいと思ひます。交流、居場所づくり、健康づくりを重点に、活力ある地域にしましょう。

令和7年度地域人財塾 & 栗石町国民健康保険保健事業

協力：株式会社 北東北第一興商

## 健幸づくり講座

どなたでも  
参加無料

動きやすい服装で、  
上履きをご持参ください

※ベースメーカーを装着した方は体組成測定はできませんが、講座にはご参加いただけます

### ①体組成測定会

体組成を測定し、町保健師が測定結果の見方を分かりやすく解説！筋肉や栄養バランスについて、すぐに実践できるポイントもお教えます！

5月は別メニューを体験できる講座を開催予定！詳細は各地区の公民館だより4月号をご覧ください！

### ②カラオケ機「DAM」でカラダを動かそう

リズム体操やクイズ、脳トレを楽しみながら、転倒予防や口腔機能の向上に繋がってませんか？4月は体験版として30分程度カラダを動かします

開催日	開催場所	定員(名)	申込締切	主催者 申込・問合せ先
4/14(月) 13:30~15:00	御明神公民館	15	4/9(水)	御明神公民館 [電話]692-3228 [メール]myoukou@town.shizukuishi.iwate.jp
4/15(火) 13:30~15:00	栗石公民館	20	4/10(木)	栗石公民館 [電話]692-3458 [メール]shizukukou@town.shizukuishi.iwate.jp
4/21(月) 13:30~15:00	西山公民館	15	4/16(水)	西山公民館 [電話]693-3321 [メール]nishikou@town.shizukuishi.iwate.jp
4/22(火) 13:30~15:00	御所公民館	15	4/17(木)	御所公民館 [電話]692-2214 [メール]goshokou@town.shizukuishi.iwate.jp

## 3月御明神公民館事業報告

### ひなまんじゅうづくり！



雛まつり前日の3月2日(日)、「ひなまんじゅうづくり」を行いました。昔は、季節行事の一つとして各家庭で作られたものですが、最近では作る家庭も少なく、知らない世代もいるのでは？の思いから公民館事業として開催したところ多くの方に参加していただきました。木型持参の参加者もあり、様々な模様と色鮮やかなまんじゅうを作ることが出来ました。参加した児童も手いっぱい生地をつけ、悪戦苦闘しながらこねていました。微笑ましい姿に、他の参加者も笑顔になり、賑やかな教室となりました。



赤・黄・緑・青の  
カラフルなまんじゅう  
気分最高でした！



※皆々まのこ都合に合わせて、こちらの公民館でも参加できます。

# はしっこサロン通信

## ひなまつりサロン開催

3月6日(木)、旧橋場小学校のホールで「ひなまつりサロン」を開催しました。華やかなテーブルを囲み、「しずくの甘酒」で乾杯をして、盛岡の和菓子専門店の桜餅をいただきました。



飲んで食べたあとは、輪投げとニュールーレットゴルフで自己新記録を目指しました！(これらは撮影を忘れてしまいまして、申し訳ございませんm(\_\_)m)

次回の開催については改めてお知らせいたします。また皆さんとお会いできることを楽しみにしています！よい春をお迎えください。

はしっこサロン スタッフ

## 御明神公民館 事業報告

4月  
「団体組成測定会」



5月  
「本を楽しもう」



6月  
「3B体操」



7月・8月  
「筋膜リリースストレッチ」



第46回  
「御明神夏まつり」



10月  
「断捨離」



11月  
「がんづき」



12月  
「しめ縄飾り」



3月  
「ひなまんじゅう」



1月・2月  
「ハンドメイド」



### ～ごあいさつ～

令和6年度も最後の月を迎えました。令和3年4月から4年間担当させていただき、皆さまのお力添えにより何とかやり抜くことが出来ました。公民館事業では地域の皆さまにご協力をいただき、心より感謝いたします。今後とも御明神公民館をよろしく願いいたします。

(下澤田)

お世話になりました！

