班回覧



発行:御所公民館(〒020-0581 雫石町西安庭40地割48番地9)

電話番号/FAX:019-692-2214

※9月末現在()内は前月比 御所地区の人口

■男:1,232人(+2) 女:1,284人(-1) 合計:2,516人 ■世帯数:1,081世帯(+2)





やります

◎第1回 11/30(木)

9:30-12:00

申込〆切

(11/15水まで) 日本食の代表「蕎麦」を、自分で 打ってみませんか?参加者募集中! (2回同じ開催内容で実施します)

◎第2回

9:30-12:00

申込〆切 (1/10水まで)

R6. 1/2 5 (木) 会 場 御所公民館小会議室 参加費 お一人1,000円 ※親子は1組1,000円 講 師 郷土料理継承の母



【持ち物】エプロン・三角巾 そばを持ち帰るタッパー

◀ タッパーの参考例

11月地域人財塾 カラオケ機で楽しく!

められは云づくりま











参加無料

カラオケ機「DAM」を使って、昭和・平成の 音楽や懐かしの映像とともに、リズム体操やクイ ズなどを楽しみながら健康づくりをしましょう! 転倒防止・メタボ予防・フレイル予防・脳トレ など様々な効果が期待できます☆

令和5年11月22日(水) 8 肼

10:00~11:00

御所公民館 大会議室 会場

参加費 無料

音楽健康指導士 舳

(株式会社 北東北第一興商)

御所公民館へ電話またはメール 申込み

御所公民館【平日9-17時】019-692-22<u>1</u>4

goshokou@town.iwate.shizukuishi.jp

# 🖟 山のふところ・旧大村小学校 秋の収穫市「きのご祭り」開催!

10月7日~9日、旧大村小学校で収穫市が開催されました!売り場にはたくさんの種類のきのこが並び、 販売を楽しみに来られた方は「今年もたくさんのきのこが出ていてよかった」と、カゴいっぱいにきのこや野 菜を入れ、スタッフからオススメのきのこ料理を聞いていました。そのほか、もち米(新米)やホカホカの焼 き芋・ばくろうおこわ・きのこ汁など、たくさんの秋の味覚が販売されていました。

ひらたけ さくらしめじ ぶなはりたけ」 【など、様々な】 **I**種類のきのこ が販売されて いました!













3(金·祝)4(土)5(日)

開催時間

 $9:00\sim14:00$ 

場所

### 旧大村小学校

※11月収穫市が今年 最後の開催予定です。



令和5年9月24日(日)開催

優 勝-桝沢行政区

**準優勝**-片子沢行政区

第3位-鶯宿行政区

参加申込数

3行政区17名



御所湖広域公園のりもの広場常設コースを会場に、各行政区で チームの割り振りをして5チームで大会を開催しました。











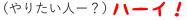
御所公民館生涯学習事業 10/3(火) 御所保育園年長児による 農業体験「稲刈り」が行われました!



(株) みのり片子沢のスタッフを講師にお迎えし、御所保育園の 年長組16名が農業体験で稲刈りを行いました。

5月に自分たちで植えた苗が、立派に成長している事を観察した 園児は、「小さいお米がたくさんついてる!」と目を輝かせていま した。先生の補助を受けながら稲を刈ると「いっぱい切れた!|と 満足そうに稲の束を握り、お米の収穫を喜んでいました☆







### みんなでお手本を見ましょう



### 今年度最終回!

御所公民館生涯学習事業

# 「第3回ノルディックウォーキング教室」 が開催されました!

10月13日(金)、御所湖広域公園ファミリー ランドで、今年度最後の開催となる「第3回ノル ディックウォーキング教室」を開催しました。

6名が参加された今回の教室は、秋晴れの穏やか な気候の中で、講師にポールの使い方や歩く時の姿 勢を教えていただきました。参加された方は、 高の天気で歩くことができて体が軽くなった気分で す」と色づき始めた木々を眺めながらウォーキング をされていました!今年度もたくさんの方々にご参 加いただき、ありがとうございました。





# 「リメイクサークル」 からのお知らせ

## 開催時間が変更になりました!

毎月1回第2水曜日9時~16時に 開催されておりましたが、

## 11月から毎月2回10時~16時

へ変更になりました。

また、開催日も月ごとに異なります。

詳細を確認したい方は、下記へご連絡 くださいますようお願いいたします。

代表:細川壽枝 (019-692-4488) 講師:小赤澤直子(090-6453-1705)



### 11月開催日程

2(木)・15(水) 10:00~16:00



猛暑が終わり、秋が突然来たような10月でした。秋といえば、食・スポーツ・芸術 と言われますが、新たなことにチャレンジしたい気持ちになるのもこの季節です。

公民館では様々な事業を行っており、地域の方々に色んな体験をしていただけるよう 準備しております。ぜひお気軽に公民館の講座へお越しください♪(佐藤)