



発行：御所公民館【〒020-0572 雫石町西安庭40地割48番地9】

電話番号 & FAX：019-692-2214

令和7年12月25日発行

御所地区の人口 ※ 11月末現在( )内は前月比

◆ 男：1,167人 (-2) ● 女：1,186人 (-6) 合計：2,353人 ★ 世帯数：1,059世帯 (-2)

## 御所公民館 館内全室LED照明になりました!

いつも御所公民館をご利用いただきありがとうございます。  
このたび、館内の照明が全てLED蛍光灯へ交換され、11月に  
屋根の修繕工事が行われた体育室と合わせて、地域の皆さまに  
より快適に過ごしていただける公民館になりました。

引き続き、安心してご利用いただける公民館づくりを心掛けて  
まいりますので、今後とも宜しくお願い致します。



### 御所公民館地域人財塾

参加者募集

#### 「ピラティス教室」1月・2月連続開催!

【日時】 1回目：令和8年1月24日(土)  
15:00~16:30

2回目：令和8年2月21日(土)  
15:00~16:30

【場所】 御所公民館・大会議室

【講師】 三河 佳奈子 氏 (ピラティスインストラクター)

【定員】 各回先着10名様

※全2回同時申込み可能です。

【参加費】 各回 500円

【対象】 町内へ在住または勤務している方

【持ち物】 動きやすい服装 水分補給の飲み物  
ヨガマット(無い方には貸出します)

【申込先】 御所公民館 平日9:00~17:00  
TEL&FAX 019-692-2214 川口まで

《PILATES/ピラティスとは?》

胸式呼吸を基本に正しく身体を動かすことで

【姿勢改善】【インナーマッスの強化】【免疫力向上】

【ストレスの解消・睡眠の質向上】などの効果が  
得られるとされています。

初心者でも経験者でも基本から学んで、

【体幹強化】してみませんか?



### 令和7年度 雫石町国民健康保険 保険事業

♪ 音楽に合わせて動こう♪

【健康づくり体操】開催のお知らせ

カラオケ機器を利用した音楽健康指導士による  
体操を実施します♪ 冬も体を動かして、  
こころも体も暖かくなりませんか?



◆ 開催日時

令和8年1月29日(木) 14:00~15:00

◆ 開催会場

御所公民館 (御所地区健康増進センター)

◆ 持ち物：動きやすい服装・水分補給の飲み物



9月に行われたカラオケ体操教室の様子

◆ お申込み方法

雫石町役場 町民課 国保・年金係

TEL 019-692-6478(直通)へ電話連絡し

お申込み内容①~③をお伝えください。

①申込者の氏名(グループで参加の場合は代表者氏名)

②申込者の電話番号 ③申込み人数

または、御所公民館 受付窓口 川口まで

TEL 019-692-2214

参加費  
無料

# 【第2回地域大交流会】 令和7年11月29日(土)開催されました♪

第2回地域大交流会(主催:御明神みらいづくり協議会)では、御所公民館・御明神小学校・御明神みらいづくり協議会・西山まちづくり会議・雫石地区まちづくりネットワークの、5つの団体が日頃の活動の成果を発表しました。

御所地区の活動事例発表として、御所公民館の集落支援員が発表者となり、チーム活動時の様子や重っこ料理cafeなど、これまで御所地区で行ってきたことを紹介しました。

## ～御所公民館の発表～

御所地区は「地域運営組織」未設立の為、設立発足に向けて礎を築いているところです。これまでの御所地区のあゆみをもとに、「地域の公民館」として御所地区の情報交換・情報発信に努め、「人や地域が結びつく活動」を提唱していきます。

交流会後は、懇親会が行われ、活発な意見交換を通じて交流を深める場となりました。また懇親会では、御明神みらいづくり協議会の支援を受け、活動が盛んになっている郷土芸能の「天瀬さんさ伝承会」による披露も行われました。

✓「地域大交流会」は、人口減少・高齢化が進む地域において、住民や団体が活動を共有し、横断的な連携を深めることで、地域の力を高めることを目的としています。



## Gosho't! Sansa Dance♪

地域大交流会懇親会で披露された  
【天瀬さんさ伝承会】によるさんさ踊り♪  
まさに伝統の郷土芸能です!



## 《 御所公民館 年末年始休館日のお知らせ 》

令和7年12月29日(月)～令和8年1月3日(土)

御所地区の皆さん今年も大変お世話になりました。今年は御所地区でも毎日のように「熊」の目撃・出没情報が絶えない年でした。公民館周辺(御所保育園・御所小学校・ファミリーランド・のりもの広場)でも実際に私も見掛けております。御所地区内の目撃・出没情報などの情報共有・ご提供をいただき、地区民の皆様の安全を守るため御所公民館からも情報発信・情報提供して行ければと思っております。来年も更に御所地区の皆さんよりご指導・ご鞭撻を賜りたいと思っております。皆様どうぞ良いお年をお迎え下さいませ。

御所公民館 集落支援員 川口 真一

各種SNSでも地域情報発信中! 友だち追加&フォローで「御所・雫石・御明神・西山」情報check!

LINE



しずくいしコミュニティ

Instagram



Shizukuishi Life

Facebook



Shizukuishi Life

X (旧 Twitter)



雫石町地域コーディネーター



御所公民館 雫石町西安庭40地割48番地9

TEL・FAX : 019-692-2214

Mail : goshokou@town.shizukuishi.iwate.jp

