



栗石公民館だより



各種SNSでも
地域情報発信中!
友だち追加&
フォローで
情報チェック♪

しずくいしコミュニティ

Shizukuishi Life

Shizukuishi Life

栗石町地域コーディネーター

栗石地区の人口 令和7年4月末現在 ()内は前月末比
男:3,597人 (-9) / 女:3,925人 (-9) / 合計:7,522人 / 世帯数:3,325戸 (+1)

発行: 栗石公民館
電話: 019-692-3458

第1回栗石地区 まちづくりネットワーク会議開催



5月13日(火)に令和7年度第1回栗石地区まちづくりネットワーク会議が開催され、規約の制定について協議が進められた他、今年度の流れや地域の皆さんへ情報発信の方法について等の確認を行いました。情報発信につきましては『まちづくりネットワークジャーナル』を班回覧します。そちらもぜひご覧ください。



開催
しました!

第1回健幸づくり講座



4月16日(水)に地域人財塾「健幸づくり講座」を開催しました。まずは体組成計で自分の体を知り、町健康推進課の保健師より体組成計の見方や筋肉や栄養についての説明がありました。

皆さん測定結果を見ながら食事や筋肉量のこと等健康についての質問をするなど、これからの健康づくりへの意欲的な様子が伺えました!



楽しく脳トレ



足踏みしながら全身を使った運動

講師である(株)北東北第一興商の音楽健康指導士柳原さんの指導のもとカラオケ機DAMを使用した脳トレや音楽に合わせた運動を行いました!

脳トレでは「間違えても楽しくやりましょう!」の声掛けに皆さん楽しそうに取り組まれていました。お散歩している気分でその場で足踏みしながら行う運動や、音楽に合わせて全身を動かす運動を行いました。



体組成と血圧の測定



健康についての講話

6/28
(土)

テーブル上で行う、カジュアル

茶道体験教室

茶道の基礎知識講座およびお点前体験を行います。
※お点前体験はテーブル上で行いますので気軽に普段着でお越しください。
ご自身の茶道具をお持ちの方はご持参ください。【貸し出し有】

★日時 6月28日(土)
10:00~12:00

★定員 8名

★参加費 中学生以上 800円
小学生 400円
未就学児 無料

★締切 6月20日(金)

★場所 七ツ森地域交流センター
(雫石町沼返19-51)

QRコードからの
申込が便利!!

【申込み・問合せ】

雫石町役場 総合政策課
政策推進係
☎019-692-6572
(土日祝を除く9時~17時)
✉chiikizukuri@town.
shizukuishi.iwate.jp

申込フォーム



俳句教室 ~第636回句会作品~

牛小舎の小牛の背中春の月
眠 そうな春暁の月転ぶなよ
霾ぐもり袋に錆釘曲り釘
土の香に浸りし一日春耕し
電信柱轉りの交差点
雪形の駒に目と鼻嘶けり
花の雲列車ゆつくり滑り出す
独り身に擦り寄る猫の暖かし
トラクター洗ふしぶきや春耕始
昨日の鍬の張り切り背中脹る
春風や野球児の声大空へ
春風や波打ち際の御所湖かな
待ち望む春はまだかと岩手山

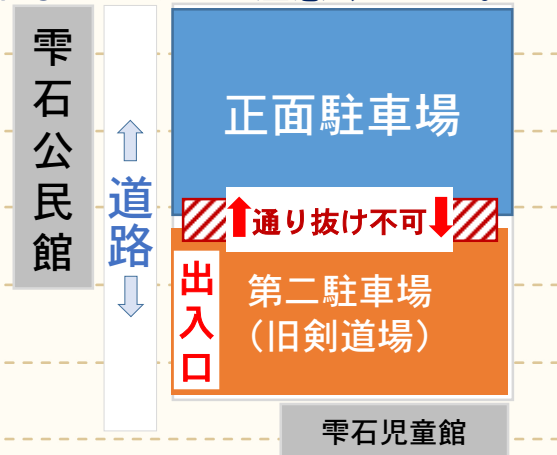
律陽子 智子 安子 鈴代 方水 いく 秀子 幸明 勝雄 春雄 繁 asmusi

次回開催
6月4日(水)
13:00~15:30

受講生を随時募集中!
見学・体験お気軽にお問合せください!
対象: 町内在住または町内勤務の方
問合せ: 雫石公民館 (019-692-3458)

第二駐車場ができました!

当館向かい正面駐車場の隣(旧剣道場跡地)に新たに第二駐車場が開放されました。ご来館の際はぜひそちらもご利用ください。ただし、正面駐車場からは直接入れませんのでご注意ください。



入り口に案内表示があります

あしがき

先日俳句教室を見学させていただきました。言葉で季節に触れることがとても素敵だなあと思ひながら皆さんの句を聞きました。そんな会場に今回はなんとゲストが! 受講者の方がヒトリシズカを持参して机の傍らに飾っていただきました。お花があると優しい雰囲気になりますね。

ヒトリシズカ
にぎやかな



雫石公民館

住所: 雫石町源大堂71番地5
電話: 019-692-3458