

# 御所公民館だより

令和7年度  
第10号



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8年1月29日発行

Mail：goshokou@town.shizukuishi.iwate.jp

御所地区の人口 ※12月末現在( )内は前月比

◆ 男：1,167人 (-5) ● 女：1,173人 (-13) 合計：2,335人 ★ 世帯数：1,054世帯 (-5)

新年あけましておめでとうございます。



昨年中は大変お世話になり誠にありがとうございました。

本年も皆さまに気軽に立ち寄れて親しまれる公民館を目指し、さまざまな活動を行ってまいります。



皆さまにとって明るく希望に満ちた一年となりますよう

お祈り申し上げます。どうぞ本年もよろしくお願い致します。



## 御所公民館地域人財塾 【ピラティス教室】 2月開催参加者募集！

【日 時】 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】 先着10名様 【参加費】 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)

【申込締切】 令和8年2月13日(金)

【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? 》

令和8年1月24日(土)開催の様子

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?



## 【御所地区体育会】今後の予定について

御所地区体育会の今後の活動について、下記の日程で総会等を行います。例年4月に行われる定期総会ですが、今回は3月下旬の開催を予定しております。定期総会では、地区の体育会役員・行政区選出理事の参加のもと、決算報告や重要事項の決議などを行います。

### 【御所地区体育会 今後の予定】

令和8年2月20日(金) 臨時総会

令和8年3月27日(金) 定期総会

※令和8年度御所地区体育会事業の開催日程は、後日公民館だよりに掲載予定です。

本件に関するお問合せは、御所公民館(川口)まで  
お願いします。

## Gosho't! かまくら



御所地区の皆さん!今年例年にないくらいの大雪となっており、毎日の雪かき作業などで大変ご苦労の事と思われます。

冬季に行われる行政区の行事や催し物などございましたら取材にお伺いいたします。

また、行政区の会合やレクリエーションを御所公民館で行ってみませんか?どうぞお気軽に御所公民館(川口)までお問い合わせください。

# 鶯宿温泉病院へ向かう通路より望む、男助山と女助山

御所公民館 川口撮影

