



令和7年度 第1号

里山と清流のもと 人と人が紡ぎ合う 理想郷・御明神

御明神公民館だより



発行：御明神公民館
発行日：令和7年4月24日
電話：019-692-3228

令和7年3月末日現在

御明神地区の人口

合計 2,056人

男 992人 (+1人)

女 1,064人 (-3人)

世帯数 824戸 (+5戸)

()内は前月末比

御明神みらいづくり協議会 定期総会開催しました！

4月19日(土)、『御明神みらいづくり協議会』定期総会を行いました。

各行政区からの代議員及び体育部会員、役員・事務局、総勢38名の出席を得て、令和6年度事業報告・収支決算、令和7年度事業計画・収支予算・役員の選任・規約改正を審議し、全ての議案について承認可決されました。

今年度は、体育部会を含めた3つの部会（にぎやか部会・はぐくみ部会）が計画に基づいた事業を実行したいと考えています。例年御明神体育会で行っていた事業は、体育部会が継承しますので、下記のスケジュールをご覧ください。そのほか、各部会の事業については、公民館だよりを中心に情報発信し、皆さまのご理解ご協力をいただいで進めてまいりますので、よろしくお願いいたします！



今年度も御明神みらいづくり協議会をよろしくお願ひします！

【役員紹介】 (敬称略)

会長 米田武美

副会長 岩持斗季子・古館裕貴

事務局長 平子田由則

事務局次長 下澤田葉子

監事 千葉喜久馬・大橋良二

○はぐくみ部会

部会長 原正人

副部会長 宮田亜佑美・三上友子

○にぎやか部会

部会長 上和野忠一

副部会長 外村竜太・高八卦虎裕

○体育部会

部会長 岩持正美

副部会長 小林英一・南野健

6月15日(日)	御明神地区・御所地区交流野球大会
7月13日(日)	御明神地区・御所地区交流バレーボール大会
7月27日(日)	御明神地区グラウンド・ゴルフ大会
8月31日(日)	御明神地区親善ゴルフ大会
11月16日(日)	御明神地区アーチェリー体験会

令和7年度地域人材塾 & 雫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

第2回

健幸づくり講座

どなたでも **参加無料**

*お住まいの地区に関係なく、どの講座にもご参加いただけます

動きやすい
服装で、
上履きをご
持参ください



カラオケ機「DAM」で
もっとカラダを動かそう

今回は、先月の体験版とは別メニューも行います！音楽健康指導士を講師に迎え、音楽に合わせた体操、手足を動かす楽しい脳トレーニング、簡単なクイズなどを行い、転倒予防や口腔機能の向上に繋がってみませんか？
気軽な健康づくりのきっかけとして、ぜひご参加ください！

開催日	開催場所	定員(名)	申込締切	主催者 申込・問合せ先
5/15(木) 13:30~14:30 (13:15~受付)	雫石 公民館	20	5/12 (月)	雫石公民館 [電話]692-3458 [メール]shizukukou@town.shizukuishi.iwate.jp
5/16(金) 13:30~14:30 (13:15~受付)	御明神 公民館	15	5/13 (火)	御明神公民館 [電話]692-3228 [メール]myoukou@town.shizukuishi.iwate.jp
5/21(水) 13:30~14:30 (13:15~受付)	西山 公民館	15	5/16 (金)	西山公民館 [電話]693-3321 [メール]nishikou@town.shizukuishi.iwate.jp
5/27(火) 13:30~14:30 (13:15~受付)	御所 公民館	15	5/21 (水)	御所公民館 [電話]692-2214 [メール]goshokou@town.shizukuishi.iwate.jp

健幸づくり講座

4月14日(月)に地域人財塾「健幸づくり講座」を開催しました。

第1部は、体組成を測定し、町健康推進課の平野保健師から、体組成測定結果の見方やこれからも元気な毎日を送るための食事や運動のポイントについて教えてもらいました。

第2部は、株式会社北東北第一興商の音楽健康指導士である柳原さんを講師に迎え、カラオケ機「DAM」を活用して、手指を使って脳トレを行ったり、歌を歌いながらダンス体操を行いました。『笑顔も健康の秘訣!』とのことで、うまくできなくても笑い飛ばし、皆さんで楽しみながらカラダを動かしていました。

参加者からは、「とっても楽しかった!」「みんなで体操したことで元気をもらった!」という声が聞かれ、次回の健幸づくり講座でもっとカラダを動かしたいと健康への意識が高まっている様子でした。



▲「体重と筋肉量はどうバランスを取ったらいい?」など積極的に質問する場面が見られました!

▼ポンポンをもったダンス体操で会場には笑い声と歌声が響き、次第に一体感が生まれていました!



御明神公民館施設使用料改定のお知らせ《R7.4.1より》

上段 通常使用料
下段 冷暖房費込使用料 (円)

今年1月号の御明神公民館だよりでもご案内いたしましたが、雫石町公民館使用料条例の一部改正(令和7年4月1日施行)により、御明神公民館の使用料が改定となります。令和7年4月1日より右記の表に基づいた料金の徴収となりますので、ご理解ご協力のほど、よろしく願いいたします。

室名	区分	午前 9:00~12:00	午後 12:00~17:00	夜間 17:00~21:00
		多目的ホール	1,050 1,575	1,260 1,890
懇話室		690 1,035	860 1,290	1,100 1,650
	調理室	720 1,080	860 1,290	1,100 1,650
集会室(2F)		690 1,035	860 1,290	1,100 1,650
	技能実習室(2F)	580 870	720 1,080	920 1,380

*イス、テーブルのほか、プロジェクターやスクリーン等も館内利用が可能ですので、ご希望の際は申し出ください。



各種SNSでも情報発信中! 友だち追加&フォローで [御明神・雫石・御所・西山] 情報をチェック!

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

【あとがき】 4月に入っても寒い日が続いております。『カラダの衣替え』という言葉に耳にし、少し汗をかくような運動やいつもより長めに入浴をすることでカラダを暑さに慣れさせる準備が大切とのこと。皆さんも体調管理にお気をつけください。

御明神公民館

住所: 雫石町上野上野沢5番地

TEL/FAX: 019-692-3228

メール: myoukou@town.shizukuishi.iwate.jp

