まんだら

通巻　186号　2023.5

中島地区コミュニティセンター
熊木分館
電話／ＦＡＸ　６６－１５６７
k-kumaki@pub.city.nanao.ishikawa.jp

令和5年度事業実施日程変更のお知らせ

○社会体育大会(とりやめ）⇒自主防災事業　令和5年　6月11日（日）
○敬老会　令和5年10月7日（土）　午前9時30分～
○世代間交流　令和5年　秋開催　日程調整中

多年にわたり6月に実施していました社会体育大会について、熊木地域協議会で検討した結果、今後は開催しないことになりました。今年からは代替として、自主防災事業に変更し、災害による被害を予防、軽減するための活動を行う内容と変わります。なお、事業内容の詳細につきましては6月に臨時号でお知らせします。また、昨年6月に行いました敬老会は10月開催に変更し、昨年同様、対象年齢を79才以上の方（昭和20年４月１日以前に生まれた方）をお招きすることになりました。（詳細は後日お知らせします。）

◆令和5年度　熊木分館地域協議会役員皆様をご紹介します◆

会長	杉木　勉	浜田町会長	委員	髙森　華恵	上町女性代表
副会長	関塚　弘志	横田町会長	〃	中田　真由美 川端　幸子	谷内女性代表
〃	下田　豊	浜田壮年代表	〃		宮前女性代表
委員	髙森　靖博	上町町会長	〃	関塚　なおみ	横田女性代表
〃	関塚　良和	谷内町会長	〃	町居　美幸	山戸田女性代表
〃	関塚　孝司	宮前町会長	〃	大月　勉	熊木長寿会代表
〃	山下　敏博	山戸田町会長 （熊木地区連合町会長）	〃	安田　直人	熊木地区民生委員代表
〃	羽左間貴史	上町壮年代表	〃	髙森　華恵	中島小学校PTA代表
〃	田縁　陽一	谷内壮年代表	参与	寺口　茂美	中島小学校校長
〃	石塚　慎也	宮前壮年代表	〃	坪野　侃	中島町民生委員・児童委員協議会長
〃	町居　誠	山戸田壮年代表	〃	前田　忠久	前分館長
〃	亀田　吉克	横田壮年代表	事務局	筆安　知幸	熊木分館長
委員	若山　美樹	浜田女性代表	〃	山下　佳子	職員

◇令和5年度　『守ろう　中島っ子　サポート隊』熊木地区の皆様です◇

浜田	筆安　知幸	上町	髙森　靖博	宮　前	関塚　孝司
	杉木　勉		安田　直人	横田	関塚　弘志
	安田　諭		谷口　忠		干場　敏一
	上野　章子		髙森　華恵		多賀　由香里
	前田　忠久	谷内	関塚　良和	山戸田	山下　敏博
			坪野　侃		

熊木分館

さぁ2023年もゆるっといきましょ

健康体操教室

参加無料

回	開催日	時間	講師	内	容	定員
①	5月22日(月)	各日 午後7時30分 ～8時30分	宮西　好子 みやにし　よしこ	リスタイル導入編 +ストレッチ	美しいボディラインを 目指した運動	各回 20名
②	6月02日(金)		萩原　晴生 はぎわら　はるき	Foot活 （フッカツ）体操	歩行に重点を置いた 大学教授監修の運動	
③	6月12日(月)		舟山　葵 ふなやま　あおい	ピラティス	カラダ全体を引き締め、 呼吸を意識する運動	
④	7月05日(水)		辻　孝夫 つじ　たかお	からだ メンテナンス教室	カイロプラクティック 資格保持者による 姿勢改善や膝痛腰痛体操	
⑤	7月27日(木)		宮下　佳余 みやした　かよ	身体を整える ストレッチ	いつも頑張っている自分の身体 血流を流し疲れを取り整える	
⑥	8月24日(木)					

場　　所　中島地区コミュニティーセンター熊木分館
時　　間　午後7時30分～午後8時30分
参 加 費　無料
定　　員　各20名
申込方法　電話連絡もしくは右下のQRコードを使ってお申し込みください
持 ち 物　運動できる服装、タオル、飲み物
ヨガマット（お持ちでない方は大判のバスタオル）

〔申込受付〕
中島地区コミセン熊木分館
山下　☏66－1567
平日午前8時30分～午後5時

熊木体操教室

スマホ教室のご案内

七尾市とドコモショップとの事業で中島コミセンにて開催します。参加希望の方は熊木分館までお申し込みください。☏66-1567

5月16日（火）
①10:00-11:00　あんしん安全につかうために
②11:15-12:15　カメラを使おう
5月23日（火）
③10:00-11:00　インターネットを楽しもう
④11:15-12:15　キャッシュレスをはじめよう

スマイルサロンお知らせ

日　　時 5月15日（月）午後2時～
内　　容 「パンプ体操」「脳トレ」
会　　場 中島コミセン西岸分館
参 加 費 100円