



姫治地区センターだより

可児市
40
40



令和4年 12月1日号

発行者：姫治地区センター 可児市下切 1530 番地 TEL62-0104 FAX63-1166
姫治地区の人口と世帯（令和4年 11月1日現在）人口 4,111 人 世帯 1,596 世帯



姫治ふれあいまつりを開催しました



11月6日（日曜日）、3年ぶりに姫治ふれあいまつりを開催しました。

コロナ感染対策に気を付けての実施でしたが、大変多くの皆さんにご来場いただき、盛会のうちに無事終わることが出来ました。関係者、スタッフの皆さんありがとうございました。



天文教室「皆既月食」

11月8日（火曜日）の皆既月食は442年ぶりの皆既月食×天王星食でした。よく晴れた夜空にくっきり輝くオレンジ色の月が大変綺麗でした。

当日は34名の参加があり、肉眼でも美しい月を、天体望遠鏡でじっくり観察していただきました。



味噌作り講座

免疫力アップや腸活に効果があるとされる麹を使い、味噌を手作りします。一年を通じての味噌の管理方法や、味噌や食に関する健康の話など、先生の軽快なトークも楽しめます。

日時 令和5年1月17日（火曜日） 10:00~12:00

場所 姫治地区センター 調理室

講師 丹羽 聡子^{あきこ}さん

参加費 1,600円

定員 10名（先着順）

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、水分補給用飲料、マスク

締切 12月20日（火曜日）17:00まで



※材料の関係上、申込締切後のキャンセルは材料費をいただきます。あらかじめご了承ください。

健康腸活講座 ~3回講座~

最近よく耳にする腸活。腸内環境を整えることは健康で長生きする秘訣ですが、では何から始めればよいのか？食生活はどうしたらよいのか？くわしく教えていただきます。終息の見えないコロナ禍です。体の免疫力（健康値）を上げましょう！

日時 第1回「自分自身の腸の状態を知りましょう」

令和5年1月23日（月曜日） 10:00~12:00

第2回「免疫機能を上げる食品とは？」

令和5年1月30日（月曜日） 10:00~12:00

第3回「呼吸法を取り入れた健康体操」

令和5年2月6日（月曜日） 10:00~12:00

場所 姫治地区センター 視聴覚室、研修室

講師 時田 節子さん

参加費 無料

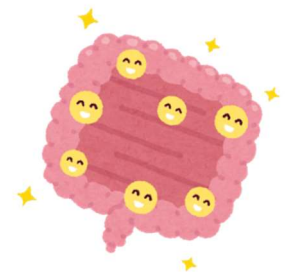
定員 各回10名（事前申込制）※先着順

持ち物 水分補給用飲料、筆記用具、*バスタオル1枚、*浴用タオル1枚

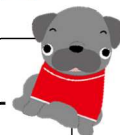
*バスタオル、浴用タオルは第3回講座のみ必要となります。

注意 原則3回とも出席いただきたいですが、1回のみの参加も可能とします。

その場合は何回目かの参加を希望されるのかを申し出て下さい。



講座の申込みは、姫治地区センターまで☎62-0104



講座・教室・姫子ども食堂等での活動写真を掲示物やおたより、ホームページに掲載させていただくことがあります。ご了承ください。
また、状況により、変更・中止となる場合があります。

天文教室「オリオン座」

日時	1月21日(土曜日) 20:00~21:30
場所	姫治地区センター 視聴覚室、天文ドーム
講師	姫治天文クラブのみなさん
参加費	無料
定員	30名(先着順) *グループでの参加は同居の家族に限ります
申込み	姫治地区センター 窓口または☎62-0104

タブレット基礎講座

旭小学校の児童が講師となって学校生活で身につけたタブレットの基礎的な使い方をお伝えします。

日にち	12月17日(土曜日)
時間	13:30~15:00
場所	姫治地区センター 視聴覚室
定員	若干名
申込み	可児市学校教育課 ☎62-1111(内線)2414
その他	タブレットを持ってない方も参加できます。タブレットを使ったことがないかたにおすすめです。

地区センター講座 こんな事をやりました



7/28 歴史講座～姫治の歴史近現代編



6/4 初夏のハンギング講座



10/1 今城址めぐり講座



7/2 めだかの教室～飼育編



10/8 こども手作り教室



11/11 乳幼児学級～親子体操～



8/5 今渡ダム見学



10/29 姫ほっこり収穫祭



11/16 シニアのためのスマホ教室



各サロンからのお知らせ

サロンは赤い羽根募金を活用しています

姫こども食堂



今月は姫こども食堂、姫なごみ合同クリスマス会を開催します。

日にち：12月24日(土)
 受付：11:00~
 食事：11:00~11:40
 クリスマス会：11:50~13:00
 場所：姫治地区センター 視聴覚室・2階ホール
 参加費：こども100円 / おとな300円
 定員：35名(事前申込制)先着順
 申込み：姫治地区センター窓口・☎62-0104
 その他：今までどおりアレルギー対策はしておりませんのでご了承下さい。
 次回：令和5年1月28日(土)



姫なごみサロン



姫なごみも市社協より10年表彰を頂きました。皆様の温かいご協力、ご援助を頂き、継続できていますことを感謝申し上げます。

日にち：12月6日(火)
 時間：11:00~12:00
 場所：姫治地区センター 視聴覚室
 参加費：100円
 申込み：姫治地区センター窓口 または☎62-0104
 定員：35名(事前申込制)先着順
 次回：令和5年1月10日(火)



お知らせ

12月24日(土) 11:00より姫こども食堂、姫なごみ合同クリスマス会を開催します。ご希望の方はお申し込みください、参加をお待ちしております。
 (事前申込制)先着順



下切サロン ひだまり

日にち：12月2日(金)
 時間：9:20~11:30
 場所：下切下公民館 和室
 参加費：100円 (コーヒー・お菓子代)
 内容：映画鑑賞会 男はつらいよ柴又慕情
 次回：令和5年1月6日(金)
 9:30~11:30
 内容：もちつきを楽しもう



今サロン あたご(愛宕)

日にち：12月1日(木)
 時間：10:00~11:30
 場所：今憩の家
 参加費：100円 (コーヒー・お茶菓子)
 内容：クリスマス会
 次回：令和5年1月12日(木)
 *1月は第2木曜日になります



歌声サロン姫治

日にち：12月5日(月)
 *12/26は開催しません
 時間：13:30~15:00
 場所：下切下公民館 和室
 参加費：1回 500円
 次月：令和5年1月16日(月)
 *1月は1/2、1/23は開催しません



お知らせ

クリスマス会を開催します
 日にち：12月17日(土)
 時間：13:30~15:30
 参加費：500円
 定員：10人(事前申込制)
 申込み：本間 62-4176