

公民館報 はぶだより



編集・発行
垣生公民館
垣生二丁目12番26号
☎ 45-0024
Email: habukou@city.niihama.ehime.jp

垣生校区
(H29年6月末)
人口 4,382人
(男性 2,101人)
(女性 2,281人)
世帯数 1,935世帯

＜コミュニティ・スクール＞ 垣生小学校運営協議会ニュース

平成29年度「秋季大運動会」

日時 平成29年9月24日(日) 9:00～
※雨天順延

場所 垣生小学校 運動場

地域の皆さま、児童の精一杯の演技をぜひご覧ください。



～9月の予定～

- ☆学校運営協議会 12日(火)
- ★読みきかせ 14日(木)

スポーツ健康教室

今年度3回目のスポーツ健康教室を行います。誰にでも出来る簡単な軽スポーツです。皆さまの、ご参加お待ちしております！！

【日時】9月12日(火) 19:30～21:00

【場所】垣生小学校 体育館

【種目】シャフルボード

★後日次のように自治会対抗大会があります
練習としてぜひお越しください

♪心ばかりの参加賞を用意しています♪



自治会対抗シャフルボード大会

【日時】9月19日(火) 19:00 集合 19:30 競技開始

【場所】垣生小学校 体育館

※ 上記2回とも体育館シューズをご持参ください。

「男の体操教室」始めます！

【開講予定】10月、12月、2月、4月、6月、8月の
第2木曜日 10:30～11:30

【場所】垣生公民館

【内容】60歳以上の男性を対象とした運動教室
で「健康寿命を10年伸ばそう」をテーマ
に実施。要介護期間を減らすため、自宅で
できる運動をご案内する。

- ・自重で行う筋力トレーニング
- ・チューブ体操
- ・ダンベル体操
- ・チェアトレーニング ほか

【準備物】運動できる服装

飲料(お茶・水・スポーツドリンク)

タオル、バスタオル

ダンベル体操は500mlのペットボ
トル2本

垣生山遊歩道整備

9月23日(土)に行います。

垣生の象徴である垣生山を地元の皆さんで綺麗
にしませんか！8時公民館へ集合です。

飲み物は準備しています。

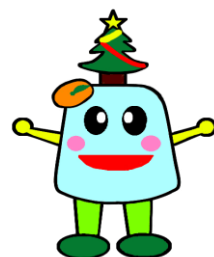
食生活改善推進協議会からのお知らせ

今月は、簡単で美味しい減塩食を作りながら健康
について考えます。

血圧が心配なあなた！参加しませんか？

場所 各公民館・保健センター・文化センター
ウィメンズなど

問合せ 新居浜市食生活改善推進協議会事務局
(保健センター 35-1070)まで



垣生校区社会体育振興会からのお知らせ

【垣生校区社会体育振興会役員募集】

スポーツの出来る、出来ないに関係なく、スポーツに興味のある
＜社会人男女＞若干名を募集します。

いつも体振は和気あいあい、楽しい団体です。

興味のある方は、垣生公民館まで！ご連絡お待ちしております。

☎45-0024

垣生校区社会体育振興会 会長 岸 浩一



日	曜日	9月行事予定
6	水	自治会長会 移動図書館(13:00～13:40)
10	日	垣生校区敬老会
12	火	公民館運営審議会 スポーツ健康教室(シャフルボード)
19	火	民協定例会 自治会対抗シャフルボード大会
20	水	移動図書館(13:00～13:40)
23	土	垣生山遊歩道整備
24	日	垣生小学校運動会
29	金	観月会