

西清川公民館 第296号 だより

《住所》〒292-0053木更津市永井作2-11-12《電話・FAX》0438-23-0286

西清川公民館主催事業の参加者募集！

にしきよ健康講座

◆日 時：全6回

	日 程	内 容
1	11/16 (水) 13:30~15:30	睡眠と健康の知恵袋①②
2	11/30 (水) 13:30~15:30	※講義終了後健康増進イベントを開催、健康状態をチェックします。
3	1/11 (水) 10:00~11:30	自律体操で免疫力を高める ストレッチ③④⑤⑥
4	1/25 (水) 10:00~11:30	
5	2/8 (水) 10:00~11:30	
6	2/22 (水) 10:00~11:30	

◆場 所：西清川公民館 集会室

◆対 象：原則として三中学区在住の成人（15名程度）

◆参加費：無料

◆申込期間：10月25日（火）～11月11日（金）

※先着順で受け付けます。定員に達した時点で受付を終了します。

◆申込：電話・FAX・メール（名前、住所、連絡先を明記）

ワンデイ ハイキング

初冬の郡ダムから三舟山をめぐる！ ～プチ贅沢なランチのおたのしみ付き～

◆日 時：令和4年12月14日（水）前日・当日雨天中止

午前9時00分 公民館出発 午後3時00分 公民館到着・解散（予定）

◆行 先：君津市 「郡ダム～三舟山」

◆全行程：約5キロメートル

◆対 象：三中学区在住の成人（30名）

◆参加費：2,500円（昼食代・保険代・写真代）当日集金

◆昼 食：日本料理 三船屋 「里の華」をご堪能

◆申込期間：令和4年11月15日（火）午前8時30分～**来館にて受付開始**

※先着順で受け付けます。官製はがきに住所・氏名を書き、ご持参ください。

※日程詳細は、お申込みいただいた方に改めてお知らせします。

※新型コロナウイルス感染症予防策として、中止する場合があります。

スマホ講座 お知らせ

広報8月号でお知らせしました、西清川公民館で開催されるスマホ講座につきまして、開催時期を来年の3月に延期いたします。実施日程等の詳細につきましては、公民館だよりにてお知らせいたします。

木更津市防災訓練～自宅でシェイクアウト訓練をしよう！

木更津市では、11月27日（日）に「自助」、「共助」、「公助」の総合的な向上をめざし、防災訓練を行います。同日に三中学区では、永井作地域の方による地区の避難訓練を行います。訓練に参加することが難しい皆さんもその日に合わせて自宅で出来るシェイクアウト訓練を実施しましょう！

【シェイクアウト訓練】

11月27日（日）午前8時に防災無線・きさらづ安心・安全メールにより、訓練地震情報を一斉放送・配信しますので、自宅（提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議）で、地震から身を守る安全行動の「1 まず低く-2 頭をまもり-3 動かない」の3つの動作を行ってください。日頃から地震が起きたときに何をすればよいのかを考えることで、防災力を高めることができます。



福寿草・俳句サークル
兼題『月』『当季雑詠』

遠回りそぞろ歩きに満つる月	秋分の痒さも薄き虫さされ	着陸を待つ空港の星月夜	山肌に朱のともしびの彼岸花	煌煌と波の間に間に秋の月	みづうみは波を奏でて初しぐれ
悦子	沙亜門	みどり	みち子	三枝子	ひろし



公民館連携事業として鎌足公民館で小学生向けの里山体験を開催しました。



**12月分の公民館利用申請は、
令和4年11月1日（火）
午前8時30分から
受付を開始します。**

**【公民館利用の問い合わせ】
火曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時
までをお願いします。
西清川公民館：TEL・FAX 23-0286**