

令和7年

2月号

第223号

たかしま

公民館だより

鷹島町神崎免146番地 0955-48-2049

1/14 健康づくり教室(バウンドテニス)



今年も元気に健康で楽しく活動していきたいと思います。
興味がある方は、お気軽に公民館へお越しください。

1/17 リフレッシュ・コンディショニング



リフレッシュ・コンディショニングでリンパを流し、次は「クノンボール」を使って筋力アップ運動！ 100歳まで歩ける体を目指して皆さん頑張っています。



1/20 さわやかウォーキング



今月のウォーキングは里地区の住吉神社社殿へ参拝に行きました。
おみくじをひいたら「大吉」❗ 皆さん今年はかなり良い年になりそうです❗ おみくじは、神社境内にある木に結び、約6.5kmのコースを歩きました。



12/25 ミニ門松づくり

冬休みに入り、子どもたちと一緒にミニ門松を作りました。
それぞれ持ち帰り、よい年を迎えられたことでしょう。

《 鷹島町の人口 》

令和6年12月末日現在

人口：1,682 (+1)

男性：806 (+2)

女性：876 (-1)

世帯数：868 (+4)

() 内は前月比

鷹島俳句会

一月例会投句

さよみ

おだ 穂やかに昭和百年明けにけり
おと ねわれし枯野に獣道の跡

とみえ

しんわら 新葉で匂いし注連張る船着場
ふぶ 吹雪く夜は賀状来ぬ友偲ばるる

ひろ子

(岸川)

秒針の世界の中に雪しんしん
美しき夢をいざなふ冬銀河

はるみ

(田中)

ゆずぶろ 柚子風呂に手足旁り主婦納め
おき 娘らの帰り支度や大根引く



2月の講座案内



《さわやかウォーキング》

日 時：2月3日・17日（月） 10:00～12:00

場 所：鷹島公民館（集合）

内 容：公民館周辺を歩いてみよう！

持参品：タオル・水筒・帽子

担 当：公民館職員

※事前申し込みは不要です。いつでもお気軽にお越しください。



《バウンドテニス》

日 時：2月4日（火） 14:00～15:30

場 所：鷹島公民館 大集会室

内 容：バウンドテニス

持参品：室内シューズ・タオル・飲み物

担 当：公民館職員

※事前申し込みは不要です。いつでもお気軽にお越しください。



《手づくり教室》

日 時：2月7日（金）・19日（水）・3月14日（金）

13:30～15:30

場 所：鷹島公民館（研修室）

内 容：モチーフ編みバック

持参品：毛糸（並太）5個程度

かぎ針（8号～10号程度）・とじ針

定 員：10名程度

講 師：福島公民館 濱本幸子副館長

※見本は公民館にあります。



《子どもニュースポーツ教室》

日 時：2月13日（木） 15:20～16:30

場 所：鷹島公民館 大集会室

内 容：ニュースポーツを楽しむ

持参品：タオル・飲み物

担 当：公民館職員



《リフレッシュ・コンディショニング》



「リフレッシュ・コンディショニング」は、
一生自分で歩ける体をめざしています。

日 時：2月21日（金） 10:00～11:30

場 所：鷹島公民館 大集会室

内 容：リンパの流れと筋肉のはたらきを回復させる体操をします。

持参品：ヨガマット（バスタオルでも可）・飲み物

タオル・顔晴りカード・クノンボール（お持ちの方）

担 当：公民館職員

※事前申し込みは不要です。

いつでもお気軽にお越しください。

《のびのび子ども教室》

日 時：2月20日（木） 15:20～16:30

場 所：鷹島公民館 大集会室

内 容：ドッチボール他

担 当：公民館職員



《おまかせキッチン♪》

日 時：3月5日（水） 14:00～16:00

場 所：鷹島公民館（調理室）

内 容：チーズケーキ

持参品：エプロン・マスク・三角巾・ケーキを入れる容器

定 員：8名程度

材料費：600円程度

講 師：御厨公民館 辻由美副館長

申込期限：2月19日（火）



★ きらきら号のお知らせ ★

今月は2月6日（木）に巡回します。図書の返却をお忘れなく！※返却日に都合が悪い場合は、鷹島公民館にてお預かりします。お気軽にお立ち寄り下さい。



各講座の申し込み・お問い合わせは、
鷹島公民館窓口までお願いします。

◎月曜日～金曜日 8時30分～17時
（土・日・祝日は除く）

☎0955-48-2049

《編・集・後・記》

新しい年を迎え早くもひと月が経ちました。あっという間にもう二月です。まだまだ気温の差がはげしく体調を崩しがちです。しっかりと栄養や休息をとり健康管理に心がけましょう。（さ）

