

桜の開花と共に新しい年度が始まりました

令和8年(2026年)度のスタートにあたり、公民館長としてごあいさつ申し上げます。人生100年時代と言われる、健康で長生きされる方が増えてきました。自由に使える時間が増えたとも言えます。その時間をどのように活用して、いかに人間らしく有意義な毎日を送っていくかがこれからの課題ではないでしょうか。学ぶことは自己実現や生きがいづくりに繋がります。知りたいことややってみたいことなどの御意見をお寄せいただき、公民館を生涯学習の拠点としてご利用いただければと思います。よろしくお願いいたします。



久佐スポーツグラウンド



八田原ダム



塚丸グラウンド



河佐峡

教室・サークル等のご案内

名 称	活 動 日	活 動 時 間
元気もりもり久佐教室	毎週月曜日	13:30~14:30
将棋くら部(将遊会)	毎月第1・第3月曜日	13:00~17:00
舞踊部	毎月第1・第3水曜日	19:00~21:00
久佐書道教室	毎月第2・第4水曜日	8:30~12:30
パソコン教室	毎月第2水曜日	14:00~15:00
ふれあいいいききサロン	毎月第3木曜日	9:30~12:00
府中市民病院巡回診療	毎月第4金曜日	9:30~11:30
久佐剣道教室	毎週火・木曜日	19:00~20:30
久佐グラウンドゴルフ会	毎週月・水・土曜日	夏 8:30~10:00
		冬 9:00~10:30
定例ウォーキングin久佐	毎月第2日曜日	9:00~10:00

都合上、曜日や活動時間の変更がある場合もあります。

参加を希望される方は公民館にご相談ください。(☎49-0730)

いきいきサロン

3月19日(木) 「音楽療法」

府中社会福祉協議会から音楽療法士の神原美緒さんとスタッフの中西みな子さんが来られ、音楽に合わせて棒を使った『スカーフのくり協争』や「春よ来い」の歌に合わせての楽器演奏などを楽しみました。



昼食は食生活推進委員さんの料理をおいしくいただきました。



ごはん サバのさらさ焼き もち麦
わさび和え やかましいみそ汁 きなこもち

ふれあいカフェ河佐峡

3月24日(火)

○活動メニュー

- ・元気もりもり体操
- ・ボールを使ったゲーム体操
- ・ポッチャ

○昼食メニュー(右の写真)

- ・ひじきごはん ・鳥のつくね焼き
- ・菜の花からし和え ・サラダ
- ・お汁 ・くずもち



脳トレ

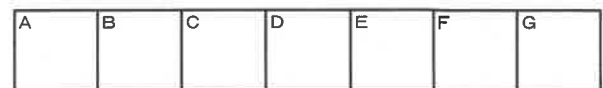
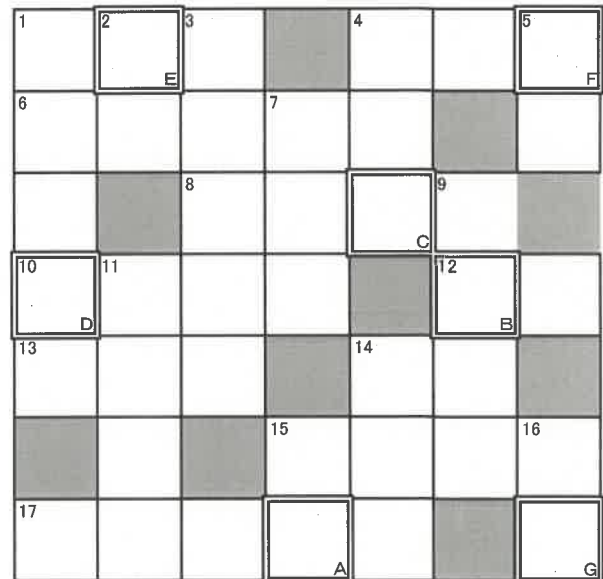
クロスワードパズル A~Gの文字を並べた語句を答えてください。

《タテのカギ》

- 1 鉄棒の基本的なわざ
- 2 昨年広島カープからオリックスに移籍した投手
- 3 小学生が背負うカバン 実はオランダ語に由来する
- 4 幼い男の子に呼びかけることば 5 ⇔ クロ
- 7 ラグビーの得点方法のひとつ 成功すると5点入る
- 9 休日以外の休み 夏季○○○○や育児○○○○
- 11 飲み物を入れて低温に保つ○○○○ボックス
- 12 「海豚」と書く海に棲む哺乳類
- 15 ⇔ おとうと 16 テコの支点、○○点、作用点

《ヨコのカギ》

- 1 春を代表する花 開花のようすを報せる○○○前線
- 4 頭に冠る 野球ではユニフォームの一部
- 6 小麦粉から作る揚げ菓子 食感は堅い
- 8 ドラえもんが好きなお菓子
- 10 お笑い芸人「もう中」は正しくは「もう中○○○○」
- 12 動物のバクが食べるという 寝ているときに見る
- 13 つりざおに付けて糸を巻く道具
- 14 ことわざ「目は口ほどに物を○○」
- 15 酸性の反対は○○○○性
- 17 口をつけて吹いたり、吸ったりして音を出す楽器



《前回の答え》



編集後記

今年度もよろしくお願ひいたします。