

# 公民館だより

# いさ

令和5年  
11月



【発行者】  
美祢市伊佐公民館  
美祢市伊佐町伊佐4830番地  
TEL 52-0150  
FAX 52-0394



公民館だよりカラー版QRコード→

## ◆ ぱわふるシニア教室が 上野コミュニティセンターで開催されました ◆

「いつまでも元気で、今の暮らしをつづけよう」をテーマに、健康チェックや認知症予防の講習など全12回の講座を行いました。運動の講座では毎日自宅で行える体操の実践を健康運動指導士の指導のもと行いました。口腔内の健康を保つ方法や、食生活で気をつけることなど専門家の講師の指導もあり、受講生のみなさんは真剣に耳を傾けていました。



座ったままでできる運動の実践



歯科衛生士による講話

## ◆ 秋季市民総社会参加活動のお知らせ ◆

11月18日（土）に秋季市民総社会参加活動が開催されます。

日時：令和5年11月18日（土）14時～

場所：各地区指定花壇、各地区の道路等

地域花壇の花植え、清掃活動が行われますので、多数の方々のご参加をお願いします。

※ 花苗・肥料・ごみ袋の配布を11月17日（金）13時から伊佐公民館にて行います。

公民館でのごみ回収は行いませんので各地区の代表者が指定日にごみを出してください。

なお、不法投棄等による大型ごみがある場合には公民館へご連絡ください。

※各地区で開始時間が異なりますので、各地区区長または子ども会会長にご確認ください。



行事予定	曜日	行事名	時間	会場
11月12日	日	伊佐町民ハイキング	受付8:00	萩市方面
11月14日	火	子育てサークル	10:00	伊佐公民館
11月18日	土	秋季市民総社会参加活動	14:00	市内
11月21日	火	伊佐地区合同防災訓練	13:20～	伊佐中学校
11月25日	土	伊佐地区人権学習推進大会	受付9:00	伊佐公民館

◎ 放課後子ども教室「農業体験」◎

今回は楽しみにしていた いもほり！大きなサツマイモが収穫できること期待していましたが…イノシシに畑を荒らされてしまい、採れたサツマイモは7本ほど…来年こそは両手いっぱい収穫するぞ～!!



◆伊佐地区人権学習推進大会のお知らせ◆

日時：令和5年11月25日（土）  
9:30～（受付9:00～）

場所：伊佐公民館 記念館2階大ホール  
内容：美祢市人権教育啓発作品入賞者表彰  
作品発表

講演

『身近に居る性的マイノリティーを知ろう』  
～ 正しく理解し、偏見をなくそう ～

講師

セクシャルマイノリティー啓発活動  
ボランティアサークル 懸け橋 代表  
ナオミさん（本名 齋藤 克彦さん）

問い合わせ先：伊佐公民館 TEL 52-0150  
詳しくは 班回覧をご覧ください。  
皆様のご参加をお待ちしております。

新年互礼会中止のお知らせ

例年1月に新年互礼会を開催しておりましたが、今年度も中止とさせていただきます。  
何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

伊佐食生活推進協議会コーナー

～11月号のレシピ～  
カボチャのスイーツ



伊佐町のうごき 9月30日現在

人口	2,809人	前月比+1
男	1,344人	-2
女	1,465人	+3
世帯数	1,383世帯	+7