

館報

# ふかうら 深浦公民館だより



〒798-4341 愛媛県南宇和郡愛南町深浦260番地  
 発行 深浦公民館 TEL 0895-70-1503 FAX 0895-70-1503 E-mail fukaura-k@town.ainan.lg.jp  
 休館日 第1、第3、第5日曜日、第2、第4火曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

## 「深浦婦人学級」

1月18日(月)深浦公民館1階調理室で第6回料理講習を実施しました。メインの蒸し鶏のトマトソースかけをはじめ、どのおかずもおいしそうに出来上がりました。

調理後には保健福祉課の栄養士による、今より10分多く体を動かす『ちよいとレ』と『口腔ケア』の講話がありました。今回は唾液腺マッサージを行い、唾液の分泌を促進してから食事をいただきました。



ちよいとレ  
口腔ケア



## 「深浦老人クラブ」

2月5日(月)深浦公民館1階集会室で高齢者学習講座が開催され、地域包括支援センターの職員2名とともに、県立南宇和病院 作業療法士 一分片(いちぶかた)先生をお招きして『介護予防体操』を行いました。

体操をしながら『8』までの数字を数える際、『9』まで数える人が続出。吹き出し笑いが起こると、一分片先生の「笑うことは大切なこと」という言葉に後押しされ、終始笑いの絶えない楽しい雰囲気の講座となりました。



①筋肉を維持するためのタオル体操



②認知症予防体操 コグニサイズ



### にこにこサークルからのお知らせ

【日 時】 令和6年3月17日(日)  
13時00分~  
【場 所】 なかよし館  
【内 容】 1年の反省会

### 深浦地域婦人会

### クラフトテープのかご作り

【日 時】 毎週水曜日  
9:00~15:30  
【場 所】 なかよし館



### 3月 弥生 March 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
4	月	深浦	ロコモ健康体操(第3回)	深浦公民館 1階 集会室
7	木	深浦	婦人学級ごきぶり団子作り	深浦公民館 1階 調理室
8	金	緑	緑小日帰り体験学習	松山市
13	水	城辺	陶芸教室	城辺公民館 1階 創作室・ふれあい交流室
			行政相談	城辺公民館 2階 研修室
		僧都	フードパントリー	僧都公民館
		深浦	深浦グラウンド・ゴルフ大会	南レク城辺公園 多目的グラウンド
14	木	城辺	国際交流講座	城辺公民館 1階 ふれあい学習室
15	金	城辺	陶芸教室	城辺公民館 1階 創作室・ふれあい交流室
			人権相談	城辺公民館 2階 研修室
17	日	城辺	陶芸教室視察研修旅行	砥部町
		深浦	にこにこサークル	深浦なかよし館
19	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所
21	木	深浦	婦人学級閉講式	深浦公民館 1階 集会室
	中旬	全館	公民館運営審議会(第3回)	各公民館

### 3月 弥生 March 深浦公民館休館日

第1・3・5 日曜日	第2・4 火曜日	祝日
3日・17日・31日	12日・26日	20日(水)春分の日

### 3月 弥生 March 深浦公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	
28	木	古月集会所・鮎越集会所・旧深浦漁協冷蔵庫前・深浦公民館	収集日の前日までに持ち込んでください。 蛍光管の持ち込みはできません。

### 2月 如月 February 1日現在 城辺地域公民館区世帯数・人口

館区	世帯数	人口		前月比	
		男	女	世帯数	人口
城辺	1,931	3,633		-1	-7
		1,678	1,955		
僧都	124	225		-1	-1
		107	118		
緑	347	680		-1	+1
		349	331		
深浦	338	563		-3	-7
		257	306		
東海	255	468		±0	±0
		223	245		
久良	361	617		-3	-6
		298	319		
計	3,356	6,186		-9	-20
		2,912	3,274		

#### 公民館からのお知らせ

3月に予定している事業のお知らせです。

- ★ロコモ健康体操  
開催日 3月4日(月)  
場 所 深浦公民館
- ★婦人学級ごきぶり団子作り  
開催日 3月7日(木)  
場 所 深浦公民館
- ★にこにこサークル活動  
開催日 3月17日(日)  
場 所 なかよし館
- ★婦人学級閉講式  
開催日 3月21日(木)  
場 所 深浦公民館