

**上無津呂**公民館で成人学級を開催しました!  
6月9日(日)

テーマ：フレイル予防で健康な毎日!  
～簡単体操の勧め～

講師：満吉泰士さん  
(老人介護福祉施設「なごみ荘」作業療法士)

成人学級は、富士町内の各自治公民館を会場に開催することで、町内の多くの方に少しでも生涯学習の機会を持っていただく事を目指しています。

今回、上無津呂公民館では、「おたっしや本舗富士」の協力を得てフレイルについてのお話や、座ってできる足や手を動かすフレイル予防の体操などを教えていただきました。

参加された方々からは、「じっと話を聞くよりもうんと楽しかった」「このような講座ならまた参加してもいい」との声が聞かれました。



上無津呂公民館  
嘉村 和樹館長



**サマーナイトハイキング**  
【6月16日開催】



大人から子どもまで多くの方と支所から柚木公民館付近までの往復約8kmを歩き、柚木川で蛍の飛び交う幻想的な風景を楽しみました。

当日は柚木自治会から飲み物やバナナの差し入れがありました。感謝!

**みどりを楽しむ教室**  
【6月18日開催】



緑のカウンセラー、中川達也さんを講師に花苗の植え方、色の合わせ方などを学びました。好きな苗をプランターに植栽した後、参加者の皆さんと公民館の花壇作りに挑戦、玄関周りが華やかにとても明るくなりました!

**るんるん子ども体験活動**  
【6月23日開催】



町内の小学生29名が集まりスカットボールなど8種の軽スポーツで汗を流しました。3つの小学校の子どもたちと地域のボランティア、富士中からも生徒が参加し、にぎやかに交流を楽しむことが出来ました。



**7月行事予定**



- ・7月 5日(金) ふじスマホサロン
- ・7月 9日(火) 自治会長会(富士支所)
- ・7月12日(金) スポ協女子混合バレーボール大会
- ・7月14日(日) カフェふじ(富士公民館)
- 〃 下無津呂成人学級(下無津呂公民館)
- ・7月16日(火) 民生・児童委員会
- ・7月18日(木) 杉山成人学級(杉山公民館)
- ・7月19日(金) つくらん場②
- ・7月21日(日) 休館日
- ・7月24日(水) 行政相談(富士支所)
- ・7月27日(土) 富士館おはなし会
- ・7月28日(日) カフェほくざん(北部コミュニティセンター)
- ・7月31日(水) 富士町成人学級(富士公民館)



**8月行事予定**



- ・8月 1日(木) 夏休みこども教室①(毛筆)
- ・8月 2日(金) 夏休みこども教室②(謎解きゲーム)
- 〃 ふじスマホサロン
- ・8月 4日(日) オール富士町ラジオ体操 in しゃくなげ湖
- ・8月 6日(火) 夏休みこども教室③(硬筆)
- ・8月 8日(木) 夏休みこども教室④(ホクザン&J-クワ作り)
- 〃 民生・児童委員会
- ・8月 9日(金) 自治会長会(富士支所)
- ・8月11日(日) カフェふじ(富士公民館)
- ・8月18日(日) 休館日
- ・8月24日(土) 富士館おはなし会
- ・8月25日(日) カフェほくざん(北部コミュニティセンター)
- ・8月28日(水) 人権・行政相談(富士支所)

※行事の日程は、天候・講師等の都合により変更になる場合があります。ご了承をお願いします。

毎週火曜～木曜は「憩いの家」実施中

※6月28日現在の行事予定状況です。最新の情報はHP(つながる富士)をご確認ください。

