

第9回しまご春まつり 開催決定

日時 令和4年3月19日(土)

場所 島子グラウンド

2年ぶりに春まつりを開催いたします!

2年ぶりに春まつりを開催いたします!
期日について、3月27日を予定しておりましたが、市議会議員選挙の執行が決定しましたので、令和4年3月19日(土)に変更させていただきます。

なお、新型コロナウイルスの状況により、規模の縮小、または中止にする場合もございます。
あらかじめご了承ください。



有明地区公民館講座が開催されました。

令和3年12月15日(水)に、『正しい姿勢で若さを保とう』と題して、誰でも簡単に、そして楽しくできる体操の講座が、講師に山下真美さんを迎えて行われました。椅子に座った状態でできるので、高齢者の方も楽にできそうです。また、ただ体を動かすのではなく、逆の動きを試みたり、手指の形を変えてみたりと、頭も使う内容でしたので、運動不足を解消しつつ、脳トレにもなるという、いろいろためになる内容でした。



参加者の方も、普段は運動しないけど、こういった内容ならばまた参加したいとのご意見をいただきました。

次回の島子地区の公民館講座は、2月を予定しています。

