

# うばとろう



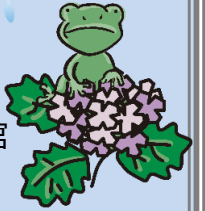
令和8年6月1日

第203号

発行 姥堂地区公民館

TEL/FAX 27-4106

mail:k.uba@city.kitakata.fukushima.jp



## 地区公民館だより

### 2026

# 姥堂地区運動会

6月7日(日) 午前8時30分より 雨天中止

3位まで賞品  
4位以下全員に  
参加賞あり!

地区、年齢、老若男女の垣根を越えて、全フリー参加です  
運動会が大好きな人、まあまあ好きな人、そうでもない人も、  
そんな垣根を越えてしまえば誰でも参加できます!

5人でチームを  
組んで本気で走ろう!  
「チーム対抗!レー」

午前8時15分までに姥小校庭にお越しください!



7月開講座

## 募集中

### \*いい感じの漢字講座\*

古代文字の魅力を味わい尽くす講座。古代文字を学び、漢字アートともいうべき刻字の作成をします。

7月21日(火) 10:00 開講  
年会費 2,000円(材料費別途)

### ☆☆☆イケおじ塾☆☆☆

目指すは「イケおじ」! 目指せ「イケおじ」!  
蕎麦猪口をつくって蕎麦打ちもします。

7月16日(木) 10:00 開講  
年会費 2,000円(材料費別途)

## 健康ハイキング

### with イケおじ塾

新緑を愛でながらマイナスイオンをたっぷり浴びて裏磐梯を散策しましょう! レンゲ沼・中瀬沼探勝路をゆっくり歩きます。

- 【日時】 6月22日(月) 9:00~16:00
- 【案内人】 荒井 勇 氏
- 【対象】 どなたでも (with イケおじ塾)
- 【参加費】 2000円 (昼食代含む)
- 【募集人数】 7名
- 【集合場所】 姥堂地区公民館



「公民館だより」(市内全館)をご覧ください。配布版は白黒なので見にくいところもありますから、ハッキリキレイなカラー版でも是非ご覧ください!



「生涯学習ガイド2026 HP版」をご覧ください。冊子の配布はありませんので、各館の講座チェックはこちらから!!





## ファミリースポーツタイム ～塩川体育館無料開放 DAY!～

日時：6月20日(土) 午後6時30分～8時  
 場所：塩川体育館  
 持ち物：室内履きシューズ(足裏白地のもの)  
 内容：卓球、バドミントン、バレーボール、バスケットボール、ニュースポーツなど  
 対象：ファミリー優先(小さいお子様連れ歓迎)



～健康づくりサポートチームとの連携事業～

## 若年性認知症について

日時：6月23日(火) 10時～11時30分  
 場所：駒形地区公民館 和室  
 講師：原 雅幸 氏(公益財団法人星総合病院 福島県若年性認知症支援コーディネーター)  
 定員：20名 どなたでも  
 参加費：無料  
 申込み：6月15日まで ☎27-8515

税

～生涯学習推進特別事業～  
大人のための租税教室

## 老後の税にまつわる話

税の基本を理解し実践することで、手元に残るお金を増やしながら、安心した生活を送ることが可能となります。高齢者にとって税金対策は経済的な安心を得る重要な手段であり、講師の先生の話を通じて直接聞くことが最適です。ぜひこの機会に大変重要な内容を学んで下さい。



日時：6月22日(月) 10時～11時30分  
 場所：駒形地区公民館 多目的ホール  
 講師：内藤 恒久 氏  
 (内藤恒久税理士事務所 税理士)  
 定員：20名 どなたでも  
 参加費：無料  
 申込み：6月15日まで ☎27-8515

## 6月&7月上旬の姥公予定

6月3日(水)	太極拳ゆったり体操	13:30～	
7日(日)	姥堂地区運動会	8:30～	雨天中止
11日(木)	俳句教室	9:30～	
12日(金)	脳トレ講座	10:00～	科学工作系
"	ようさいくらぶ(自主サークル)	10:00～	
13日(土)	グラウンドゴルフ教室	9:00～	
"	書道教室	9:30～	開講式
15日(月)	クラフトバンド教室	9:30～	花編みコースター
17日(水)	太極拳ゆったり体操	13:30～	
19日(金)	ようさいくらぶ(自主サークル)	10:00～	
20日(土)	書道教室	9:30～	
22日(月)	健康ハイキング with イケおじ塾	9:00～	レンゲ沼・中瀬沼
25日(木)	パッチワーク(自主サークル)	10:00～	
26日(金)	姿勢美 ing ピラティス	15:15～	
27日(土)	グラウンドゴルフ教室(自主練習)	9:00～	
7月1日(水)	太極拳ゆったり体操	13:30～	
4日(土)	書道教室	9:30～	
7日(火)	脳トレ講座	10:00～	シナプロジー
8日(水)	俳句教室	9:30～	
10日(金)	ようさいくらぶ(自主サークル)	10:00～	

☆急に暑くなりました。こまめに水分補給をしましょう! ☆

姥堂俳句教室

## 蛙始鳴 五月例会より



姥堂俳句教室、今年度も始まりました! いつでも誰でも参加できる俳句教室です! 俳句は頭と心の活性化に最適! さあ、あなたも一緒にツクールメイト! 詠み人絶賛募集中! !

☆落椿雨の狭庭を染めにけり 一国 静子  
 ☆木の芽ふき白い花咲き雀飛ぶ 東條 孝雄  
 ☆春風に背中押さるる万歩計 武藤 夫美子  
 ☆曇天に老木の梅咲き誇る 吉田 陽子  
 ★雨上がり苔むす参道円通院 姥堂 うば司

### ●編集後記●

このところ気温差が激しいですが皆様、体調はいかがですか? 田んぼに水が入った途端、どこでスタンバイしていたのかと思うくらい一斉に鳴き出したカエル達。さすがに10度も気温が下がった日はひっそりしていましたね。梅雨に入るとまた肌寒い日もありますから、どうぞご自愛ください。雨にまつわる表現で「燕が低く飛ぶと雨」はお馴染みですが、「トンビが朝騒ぐと雨、夕方騒げば晴れになる」「ハコベの花が閉じると雨」なんていうのもありました。今後はトンビにもハコベにも注目です(笑)。皆様が注目している愉快痛快なことはなんですか? 姥公まで教えてくださいね。以上、スズキでした!