

さくらかわ

～桜川公民館だより～ No.58

令和7年

5月号

編集・発行 桜川公民館

稲敷市須賀津 208

029-892-2000 (代)

※月曜日・祝日は休館です

桜川公民館 6 年目の取り組み

令和7年度もいよいよスタートとなりました。これまでの5年間、桜川地区の皆さんのお力で、「楽しく、素敵な公民館」に少しずつ近づいてきていることに感謝申し上げます。

今年度も、公民館運営企画委員をはじめ、たくさんの中学生ボランティアや生徒会、小学生企画委員やママたちと作戦会議のメンバー、文化協会桜川支部の団体、そして仕事の枠を超えて、桜川地区更生保護女性会やささえあいの会、食生活改善推進員協議会桜川支部の皆さんなどたくさんの方々のご協力を得ながら、地域づくりに取り組んでいきたいと思います。

楽しいことや素敵なことは、待っているよりも、迎えに行ったほうが、より大きくなるように思います。

桜川の皆さん、ぜひ桜川公民館にいらしてください。今年度も関係者一同で頑張っていきますので、笑顔で溢れる公民館になれるよう、引き続きご支援ご協力をお願いいたします。

桜川公民館長

桜川地区の桜と和田公園のチューリップ



興禅寺前（古渡）



安穩寺（阿波）



永楽寺（甘田）



和田公園（浮島）

4月4日(金)、桜川地区の桜と和田公園のチューリップの写真撮影に行ってきました。雨の日が続いていたので、青空と暖かい陽気がとても気持ち良く、お花の写真を撮ったり、お散歩をしている方がたくさんいました。

4月13日(日)には2025稲敷チューリップまつりが開催されました。あいにくの雨天でしたが、傘をさしながら満開のチューリップや催し物を楽しむ方で賑わっていました。

公民館へ行こう！

月イチ ボードゲームカフェ

いろんなゲームを試したいけど、どこに行ったらできるのかな？

すでにボードゲームの魅力にはまっている。

親子で楽しみたい。孫と遊びたい。認知症予防に試してみたい。

など、どなたでも遊びにきてください。

約35種類のゲームを用意して待っています。

はじめてでも、ひとりでも、友達と一緒にでも、家族でも・・・

自由に遊んでください。

日時：毎月第3日曜日 13:00～15:00（5月18日スタート）

場所：桜川公民館 多目的スペース

参加費：無料（※ゲームの貸出もします。詳しくは次のページへ）

問合せ：桜川公民館 ☎892-2000（内線 4102・4103）

桜川公民館 小学生企画委員募集！

公民館では何ができるのかな？あんなことできたらいいな？

みんなで“やりたいこと”やってみよう！

- 活動期間 令和7年6月から令和8年3月まで（5回くらい）
- 活動する日 学校がお休みの日
- 第1回 6月1日（日） やりたいこと作戦会議
- 募 集 桜川小学校4年生から6年生まで 10名程度
- 申 込 み 学校から配られるチラシを確認してお申込みください。



問合せ：桜川公民館 ☎892-2000（内線 4102・4103）

裏面に続く



ボードゲーム・カードゲーム



貸し出します！

家族でボードゲームやカードゲームで遊ぼう♪

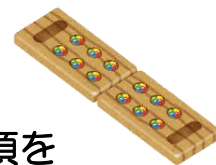
桜川地区在住在学の方を対象に、桜川公民館 多目的スペースにある
ボードゲームやカードゲームを貸出します。

借りたいゲームが決まったら、公民館窓口で貸出簿に必要事項を
記入してください。

※小学生以下の子は、保護者の方と一緒に借りに来てね☆

※1回につき、**ひとり1つ** のゲームが借りられます。

※貸出期間は、1つのゲームにつき **1週間** です。



問合せ：桜川公民館 ☎892-2000（内線 4102・4103）

チューリップを寄贈していただきました

4月8日(火)、昨年に引き続き石塚工務店様より
チューリップをいただきました。赤と黄色の色
鮮やかなチューリップが植えられています。桜
川公民館玄関横に設置していますので、来館の
際はぜひご覧ください。

寄贈ありがとうございました♥



こんにちは

地域包括支援センターです



フレイル予防 とは？

今月号より、生活支援コーディネーターの高須晃次郎さんに「フレイル予防」についてインタビューをした内容を掲載します。高須さんは、フレイル予防に力を入れており、高齢者の皆様に幅広く周知したいとの思いで、インタビューを受けてくださいました。

Q. まず「フレイル」とは何かを教えてください。

A. 「加齢による虚弱」という意味です。悪化すると、日常生活に支障が出てくることが考えられます。

Q. どのようなことでフレイルを予防することができますか？

A. フレイル予防は、「3つの柱」を意識して取り組みます。3つの柱は、「運動」「栄養」「社会参加」です。

地域の方々と接していると「いつまでも元気に活動し、家族や友人、地域の人たちとつながり、毎日を送りたい。」と話してくださいます。充実した生活を送るために、ぜひ予防を意識してほしいと思います。

次月以降では「3つの柱」について、詳しく伺っていきます。

編集後記

新年度を迎え早くも一ヶ月になります。新生活に慣れた一方で体調を崩しやすい時期でもありますので、お体に気を付けてお過ごしください。

今年度も公民館が楽しい場所、ほっとできる場所だと感じてもらえるように頑張っていきたいと思っています。よろしくお願いします。

毎月発行している公民館だより『さくらがわ』では、市の情報や地域の情報、公民館の講座・事業募集のお知らせ、包括支援センターのコラムなどを掲載しています。地域の「こんなこと知りたい」「ここを紹介してほしい」などご意見ご感想をお待ちしています。

※公民館だよりは、公民館入口に設置しています。ご自由にお持ちください。