

# さくらかわ

～桜川公民館だより～ No.75

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

令和 8 年

10 月号



令和 8 年度稲敷市文化祭

## 桜川公民館まつり

期間：令和 8 年 10 月 31 日 (土) ～ 11 月 3 日 (火・祝)

9 時～ 17 時 (最終日は 15 時まで)

10/31(土)～11/3(火・祝)

### 作品展

9 時～ 17 時 (最終日は 15 時まで)

▶子どもたちの作品：桜川こども園  
桜川小学校  
桜川中学校

▶その他：いなほ消防署桜東分署  
(防火絵画の展示は 11/15 まで)  
公民館活動紹介

### ▶文化協会 桜川支部：

アートバルーン愛好会  
フラワーアレンジメント OB 会  
桜川書道クラブ  
伊藤華道教室  
水飼華道教室  
古布リメイク  
阿弓会  
桜川陶芸クラブ  
桜川絵画愛好会  
桜川独楽俳句会



11/3(火・祝)

### ▶制服・体操服・学用品リユース会

10 時～ 14 時 先着順、おひとり様一点限り

※リユース品は公民館に展示してあります。

※引き続き、リユース品を募集しています。



リユース品一例

11/2 (月)

### ▶将棋大会 9 時～



ガラポン引換券  
11/3のみ  
一世帯 1 回



お知らせ

10/27 (木) ～ 11/4 (水) は

公民館まつり(準備等含む)のため、こども  
広場及び図書スペースが利用できません。

## 11月1日(日)

### ▶開会式(桜川小学校児童) 9時～

#『あんばばやし』

### ▶さつまいも販売(稲敷市農業委員会)

### ▶稲敷市シルバー人材センターPR

### ▶稲敷市消費者リーダー連絡協議会 PR

### ▶ワークショップ 9時30分～

**無料!**

桜川中学校生徒会



### ▶コーヒー・飲み物販売 9時30分～

¥100 (無くなり次第終了)

### ▶おまつり横丁 9時30分～15時

駄菓子屋 ¥10～¥50

スーパーボールすくい・射的・型抜きなど

1回¥50

ひとり最高¥500まで使えます。

小銭を用意してきてね!

### ▶お茶会(伊藤茶道教室) 10時～

**無料!**

お茶券は各席10分前から配布します。

### ▶模擬店 9時～15時

クレープソルテ

クレープ

居酒屋なかよし

焼きそば、かき氷

フリフリポテト



#については、雨天時に中止となる場合があります。実施状況については、市HPをご確認ください。

## 11月3日(火・祝)

### ▶巨大ガラポン(小学生企画委員)

9時30分～13時30分

桜川地区のこども園・小・中学校で配られたチラシの引換券で、ひとり1回参加できます。

※チラシが配られない子には、公民館窓口でチラシをお渡しします。

※桜川地区の高校生以上は、この公民館だよりの引換券で参加できます。(一世帯1回)



### ▶スタンプラリー 9時～14時

**無料!**

魚釣り、お手玉、ベーゴマ、輪投げなど

### ▶啓発品配布(桜川地区区長会)

### ▶食改さくらグループ・桜川更生保護女性会

カレー販売 ¥300

11時30分～ 100食限定



### ▶模擬店 9時～15時

クレープソルテ クレープ



居酒屋なかよし 焼きそば、かき氷



フリフリポテト

### ▶ワークショップ 9時～14時

アートバルーン愛好会

**無料!**

ちょうちょをつくろう!



### ▶桜川地区芸能発表

#桜オカリナズ 10時～



### ▶バンド演奏

#桜川リッチーズバンド 11時～



裏面へ続く





# 祭 夏まつり



8/29 開催しました

ご来場ありがとうございました！



10月の納税

市県民税 3期  
国民健康保険税 4期

介護保険料 4期  
後期高齢者医療保険料 4期

**募集中!**

桜川公民館講座

令和8年

**11/22(日)**

9:30~11:30

会場：桜川公民館

**蓮の葉で気軽にアート**

## ボタニーペインティング体験

講師：森川 舞氏



乾燥した蓮の葉をパネルに貼り、絵具で色をつけるので、初めてでも「植物×アート」を楽しめます。

対象：桜川地区在住の18歳以上 10名

材料費：1600円

締切：10/22(木)

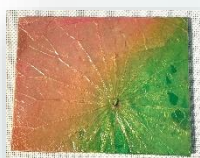
申込み：桜川公民館の窓口・電話、または二次元コードまで  
※応募多数の場合は、締切後、抽選となります。

お問合せ 桜川公民館

TEL 029-892-2000(内線 4102) 月曜日・祝日休館



作品の大きさは、約15cm四方になります。



## 『運動の秋を楽しむための体づくり』

こんにちは、桜川地区生活支援コーディネーターの高須です。

暑さが落ち着く10月は、散歩や運動を始めるのにぴったりの季節です。一方で、久しぶりに体を動かしたことで、膝や腰などに負担がかかることもあります。運動を長く楽しむためには、いきなり頑張りすぎず、自分のペースで少しずつ体を慣らしていくことが大切です。また運動前後に軽く体を動かし、筋肉や関節の準備をしてあげましょう。



桜川地区生活支援  
コーディネーター  
高須 晃次郎氏



**ワンポイント体操！** おすすめは「椅子スクワット」です。

椅子に浅く座った状態から、ゆっくり立ち上がり、またゆっくり座ります。太ももやお尻の筋肉を鍛えることで、歩く力や立ち上がる力の維持につながります。無理のない回数から始めて、秋のお出かけを楽しめる体をつくりましょう。



### 編集後記

今年もあと3カ月。来月の公民館祭りに向けて、皆様のご協力を頂きながら準備を進めています。スタッフ一同ご来場をお待ちしています。

