

令和8年1月

# 後閑公民館だより

TEL 385-4835/Fax 381-8986

e-mail [gokou@city.annaka.lg.jp](mailto:gokou@city.annaka.lg.jp)

次候 1月25日～1月29日頃

## 水沢腹堅

さわみずこおりつめる



新しい年の始まり、みなさまいかがお過ごしでしょうか。気づけば寒の内、一年で最も寒い時季で身も心も縮こまっています。日々の養生で、今とこの先を快適に暮らすため、小さなこと(冬の朝は温かい食事で始め、日光を浴び、適度に身体を動かす…など)をコツコツと積み重ねる健康貯金を始めましょう。旬の食材を積極的に食事に取り入れることはもちろん、その時なんとなく口にしたくなる味の食材は自身の体が欲している栄養素であることが多いものです。自分の心と身体に耳を傾けることも習慣づけられると良いですね。

そして、今年は例年になく花粉症が早く始まっているようです。発酵食品(味噌、酒粕、塩麹、甘酒、納豆… )で消化機能を高め、肺を強くする食材(大根、カブ、ショウガ、ねぎ、シソ… )で早めの対策をおスメします。



みんなで元気な後閑地区を目指しましょう！

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



お世話になります

令和7年12月 **後閑地区民生・児童委員、主任児童委員**として下記の方が就任されました。

### 《民生・児童委員》

(敬称略)

| 担当地区      | 氏名        | 担当地区       | 氏名       |
|-----------|-----------|------------|----------|
| 1区(旧1-4)  | 茂木 秀明     | 4区(旧11-14) | 高橋 千恵子   |
| 2区(旧5-7)  | 山口 恵一     | 5区(旧15-16) | 中島 洋行    |
| 3区(旧8-10) | 副会長 金井 裕之 | 5区(旧17-19) | 会長 吉澤 恒雄 |
| 退任        | 田中 弥生     | 退任         | 河原田 秀子   |

### 《主任児童委員》

(敬称略)

| 地区 | 氏名     | 地区 | 氏名  |
|----|--------|----|---|
| 全区 | 木村 望   | 全区 | 遠藤 克枝                                     |
| 退任 | 富澤 里津子 |    | 退任されました委員さんには大変お世話になりました。<br>ありがとうございました。 |



## 後閑地区賀詞交歓会（区長会主催）

### 後閑地区 新年賀詞交歓会



後閑地区の  
錚々たるメンバー  
が一堂に会し  
和やかに行われました。

この日のために  
「ふれあいの会」  
のみなさんが  
作ってくれた  
まゆ玉⇒  
かわいい



当日、赤いハンカチ  
のお忘れ物があり  
ました。お心当たり  
のある方、お預かり  
しております。

### お知らせ

市民の茶席(お茶・和菓子)、  
すいとんなど無料で  
楽しめるものたくさん！  
文化センターへ  
行かなくちゃ!!

毎年恒例、後閑公民館も  
参加しております！

文化センター  
で待ってるね～

令和7年度  
**安中会場**  
**スプリングフェスティバル**  
令和8年 **2月7日土**  
会場 安中市文化センター

1日楽しめます  
図書館もあいてます

どきどき体験

春の花を使った寄せ植え 300円/30人 【担当：原市公民館】(2階創作室)  
アートフラワーアレンジメント 300円/24人 【担当：東横野公民館】(2階第3学習室)  
ハーバリウムボールペンづくり 500円/20人 【担当：板鼻公民館】(2階会議室)  
ミニ張り子ダルマづくり 300円/30人 【担当：後閑公民館】(1階ホール北側ホワイエ)

9:30~12:00まで



### 市民ときめき スクール

1階エントランスホール  
9:30~11:00まで

- ◆ ちりめん根付 100円/30人
- ◆ とびだす牛乳パック 無料/30人
- 【生涯学習プランナー友の会】

### ステージ登場

① 八木節 (安中八木節愛好会)  
【安中公民館代表】  
ホール 入場無料  
12:40~(開場12:20)

② オカリナ演奏 (オカリナ教室こまち)  
【秋間公民館代表】

③ 民謡合場 (西毛連説会)  
【岩野谷公民館代表】

④ オカリナ演奏 (イソペイスターズ)  
【猪部公民館代表】

⑤ うた  
【いそべこども園 年長組】

