

楽しかったこと、悲しかったこと、思い出、地域のできごと、イラストやマンガ、エッセイ、サークルのお誘い、趣味や宝物、広報へのご意見・ご感想などどしどしお寄せください。あなたの住所、名前、年齢、電話番号も忘れずに。投稿された人には、記念品を差し上げます。

介護予防運動教室に参加してみませんか

● 鞍手町地域包括支援センター

鞍手町地域包括支援センターでは、いつまでも自分らしい生活ができるように、5月から介護予防運動教室を開催します。申し込みは1人1教室です。

● 対象者 65歳以上で鞍手町に住居票がある人（※定員を超えた場合は新規の人を優先し、新規以外の人で抽選を行います。抽選になる場合は、介護保険の認定がある人は参加できません）

● 教室内容 下表のとおり

● 参加料 1回200円。別途スポーツ保険料が年間千三百円

● 申込方法 3月1日(月)から26日(金)までの平日午前9時から午後5時までに電話で申し込んでください（窓口での申込みも可）

● 申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター ☎43局3019番まで

ECCジュニア開講!!

● 浅原 陽子

4月より、新北にて2歳から中学1年生を対象に英語・英会話クラスを開講します。3月からは無料体験レッスンを実施しますので、ぜひ一度遊びに来てください。

● クラススケジュール ▽月曜日 ▽中学

1年生で午後5時10分から ▽木曜日 ▽小学1年から3年生で午後4時から ▽金曜日 ▽小学4年から6年生で午後4時30分から ▽土曜日 ▽2歳3歳は午後2時から、4歳5歳は午後3時から

● 問い合わせ 浅原陽子 ☎42局0186番まで

教室名	定員	曜日	時間	場所	送迎	送迎料	内容
シニアヨガ教室	40人	火曜日	14:00～15:30	くらじの郷体育館	なし	なし	呼吸法で自律神経のバランスを整えながら体幹を鍛えるヨガ
百まで楽笑クラブ①	40人	水曜日	10:00～11:30	くらじの郷機能訓練室			いすから立姿勢の運動ストレッチ・筋トレ（強度：中～強）
百まで楽笑クラブ②	20人	水曜日	10:00～11:30	くらじの郷体育館			主にいすに座って行う運動ストレッチ・筋トレ（強度：中）
転ばんクラブ	30人	木曜日	14:00～15:30	くらじの郷多目的ホール	あり	200円/日	主にいすに座って行うゆっくりペースの運動（強度：弱）
寝こまんクラブ	30人	金曜日	10:00～11:30	くらじの郷多目的ホール			

広報ぎやらりー

すてきな作品をお待ちしています

ねんど細工や絵、書、紙細工、陶芸、俳句、短歌など自慢の一品は、ありませんか。「広報ぎやらりー」では、紙面を彩るあなたの作品をお待ちしています。作品についての100字以内の感想もお願いします。役場政策推進課 ☎42局2111番まで、ご連絡ください。

短歌

東 浪子さん
(くらじ短歌会)

コロナ禍で退屈しのぎに夜か早朝の星空のきれいな時に一人で宇宙船を見えています。日本人宇宙飛行士の野口聡一さんが乗っていると思うとなおさらロマンがありますね。コロナの終わりを願って見送ってます。

人生も自肅も終着駅はある
一人星空の宇宙船見送る

粘土

森 恵津子さん
(新北)



石粉粘土で、バスケットを作成しました。春をイメージして着色しています。
(縦16cm、横28cm)

手編み

三谷征子さん
(昭和通り)

75歳の手習いで始めた編み物です。作業は思ったより骨を折りましたが、でも出来上がるととても嬉しかったです。この作品は古稀の祝のチョッキです。

