

令和7年度 公民館自主教室のつどい開催

1月30日～2月1日の3日間、守山市民ホールにて、標記のつどいが開催されました。吉身公民館からは、舞台の部に**大人の音遊び・子ども日本舞踊教室梅の会・守山江州音頭保存会**、展示の部に**守山フォトクラブ・俳句虫草**が参加され、日頃の活動の成果を発表されました。



守山フォトクラブ



俳句虫草



大人の音遊び



子ども日本舞踊教室梅の会



守山江州音頭保存会



3月の行事予定		
日 曜	会館・公民館事業	自主教室
2 月	民生委員児童委員協議会定例会	
3 火	総務委員会	大人の音遊び 健康体操
4 水	ほっとステーション (ベビー)	
5 木	ほっとステーション ホテルについて学ぶ会	
6 金	自治会長会	守山江州音頭保存会
7 土		守山フォトクラブ 守山スクエアダンス
10 火	ホテルプロジェクト会議	健康体操
11 水	ほっとステーション (ベビー) 子ども将棋教室	吉書サークル
12 木	ほっとステーション ほっとサポーター会議	
14 土	まちづくり推進会議理事会 学区社協理事会	
17 火		健康体操
21 土		守山スクエアダンス
25 水		吉書サークル
27 金		守山江州音頭保存会
28 土	民生委員児童委員協議会企画委員会	守山スクエアダンス 虫草

令和8年2月下旬時点でのご予定です。  
変更・中止になる場合もありますのでご確認ください。

吉身さわやか塾学習会「音楽で脳を活性化しよう！&閉講式」

筈井玲子さんに来ていただいて、音楽による脳の活性化に取り組みました。まずは、「春が来た」を「た抜き」で歌ったり、手をたたきながら簡単な単語を発音してウォーミングアップ。

続いてはなつかしい曲「星影のワルツ」の特徴的なリズムに合わせて手をたたきながら歌いました。

次は脳と手の指・舌・口が一番強く結びついており、それらの器官を動かして使うことで脳が活性化することを学習しました。その実践として「ふるさと」の曲に合わせて両手の5本指を指定の指番号どおりに動かしていきます。曲が進んで指使いが複雑になると皆さん少し慌てぎみとなり、脳の活性化が進んでいる様子でした。

吉身フレッシュクラブ学習会「あなたの足は大丈夫？&閉講式」

足の健康管理のスペシャリスト山添さんを講師として招き、学習しました。講師自身も足のトラブルの経験がきっかけで足の専門家になられたようです。

足と爪の役割やまっすぐに立つ姿勢がとても重要であること、まっすぐ立てばいろいろなところの痛みが改善できることを学びました。また、巻き爪、外反母趾、水虫、糖尿病についても学びました。最後に健康寿命を延ばす歩き方や適した靴について知ることができました。



各クラスともに、閉講式では参加率に応じた形で記念品を全員に贈呈しました。

【吉身立入が丘スポーツクラブよりお知らせ】

● 3月のもりもりスポーツ広場 3月15日(日)

場 所：立入が丘小学校 (運動場)

時 間：10:00～12:00

※吉身学区にお住まいの方なら、どなたでもご参加いただけます！小学生以下のお子様は保護者同伴でお願いします。

● 3月のもりもり卓球 3月25日(水)

場 所：吉身小学校 (体育館)

時 間：19:00～21:00