

お知らせ

西条市軽スポーツ大会を開催します

西条市スポーツ推進委員協議会では、気軽にスポーツに取り組むとともにスポーツの楽しさを知っていただくため、軽スポーツ大会を開催します。

- 日時 5月10日(日) 9時~12時 (受付:8時30分~)
- 場所 総合体育館アリーナ
- 大会種目 囲碁ボール
- 体験種目 ピックルボール
- 対象者 小学生以上
1チーム3~4名で競技をしていただきます。
- 定員 12チーム(先着)
- 申込方法 4月24日(金)までに、申込用紙を申込先に提出。
(スポーツ健康課へ申し込む場合は、FAX可)
※FAXにてお申し込みの場合は、必ずスポーツ健康課まで受付の確認をしてください。
※大会当日のお申し込みはできません。

■注意事項 当日は運動のできる服装でお越しください。
飲料・室内シューズ等をご持参ください。

■申込先
○スポーツ健康課
TEL0897-52-1255 FAX0897-52-1294
○各公民館

■問合せ先
お近くのスポーツ推進委員または
スポーツ健康課(0897-52-1255)まで

肖像権等の個人情報に係る承諾について

学級・講座、各種行事の様子を公民館職員が写真撮影しますので、ご了承ください。
また、撮影した写真を公民館だよりやホームページに掲載する場合があります。
写真の撮影、掲載を望まない方は、公民館職員にお申し付けください。
ホームページで使用する肖像権等の個人情報については、『公民館だよりのホームページ掲載要綱』に従って適切に取り扱います。
ホームページ掲載後に、やむをえない事情で掲載を取りやめたい場合は、その旨を公民館まで申し出てください。

毎月10日は絆の日

西条北中学校区学校運営協議会の神拝地区では毎月10日に神拝小学校の児童にあいさつ運動を行なっています。
地域のみなさんも、家の前を通る子どもたちに、声をかけてあげてください。

令和8年4月行事予定 *は休館日です

日	曜	おもな予定
1	水	ふれあい広場抽選会 9:00~図書室
*4	土	休館日
*5	日	休館日
7	火	神友会役員会 10:00~図書室
8	水	おげんきさん体操 9:30~ホール 民生児童委員会 19:00~展示室
10	金	神友会総会 10:00~ホール
*11	土	休館日
*12	日	休館日
15	水	連自治会役員会 19:00~会議室
16	木	サークル責任者会 10:00~ホール
*18	土	休館日
*19	日	休館日
22	水	おげんきさん体操 9:30~ホール
23	木	シニアカフェ 10:00~ホール
*25	土	休館日 学校開放抽選会 19:00~創作室 連自治会総会 18:30~ホール
*26	日	休館日
*29	水	休館日(昭和の日)

5月の予定

- 5/1 ふれあい広場抽選会
- 5/6 連自治会役員会
- 5/7 神友会役員会
- 5/8 民生児童委員会
- 5/9 連自治会会長会
- 5/10 神友会定例会
- 5/13 おげんきさん体操
- 5/19 オリーブ学級
- 5/25 学校開放抽選会
- 5/27 おげんきさん体操
- 5/28 シニアカフェ
- 5/30 かんぱいアイランド わくわく島

4月 神拝地区ごみカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				もえないごみ 乾電池	もえるごみ	
5	6	7	8	9	10	11
		もえるごみ		もえないごみ 乾電池	もえるごみ	
12	13	14	15	16	17	18
		もえるごみ	古紙	もえないごみ 乾電池	もえるごみ	
19	20	21	22	23	24	25
		もえるごみ	ガラスびん ペットボトル スプレー缶	もえないごみ 乾電池	もえるごみ	
26	27	28	29	30		
		もえるごみ		もえないごみ 乾電池		

~つなぐ~まなぶ~つどう~
神拝公民館だより



〒793-0042 西条市喜多川 351-1
TEL:53-6946 FAX:53-9011
eメール:kanbai-k@saijo-city.jp

※QRコードから公民館だより一覧へ。令和8年度4月を選んで神拝公民館を開くとカラー版をご覧ください。

令和8年4月1日 神拝公民館発行

4月号

世帯数 6,896 戸(+20) 先月比
男 6,662 (+11)
女 6,858 人 (+16)
13,520 人 (+27) 2月28日現在

令和8年度 スタートします!

4月から新年度がスタートします!!
今年度も職員一同、神拝校区を盛り上げたいと思います。
公民館事業にぜひご参加ください!

令和8年度 年間事業計画 今年も盛沢山! 乞うご期待!!

※事業の様子は写真撮影し、公民館だよりやHPに掲載されます。ご了承ください。

主催:神拝公民館 共催:神拝婦人会・西条市地域包括支援センター北部

シニアカフェ

4/23(木) 10:00~11:30

ちょっと出かけてみませんか。
喫茶店に立ち寄るかんじて気軽にきてください。
定員:80名(当日先着順)
参加費:200円(お茶代)※申し込みは不要です。

【今回の特別イベント】

脳トレクイズ大会



昨年度のシニアカフェの様子

- オリーブ学級 5/1 受付開始 (詳細は次号もしくは4/20以降公民館設置のチラシをご覧ください)
- 徳得学級 ●食育講座(男の料理教室など) ●かんぱいアイランド(放課後子ども教室)
- 公民館であそぼう ●スローライフくらぶ(干支細工など) ●伝承行事(しめ縄づくり・七草かゆ)
- キッズ教室 ●地域未来塾 など色々企画中です。詳しくは次号以降のたよりで、お楽しみに!!

おげんきさん体操

65歳以上の方を対象にした、椅子に座ってできる百歳体操です。自由参加ですので、開催予定日時に体調と相談しながらご参加ください。
申し込みは不要です。一緒に体操しませんか?
おげんきさん募集中です。

次のおげんきさん体操の予定
4月8日(水) 9:30~10:30

(血圧を測定しますので少し早めにお越しください)
※持ってくるもの...水分補給用飲料



昨年度のおげんきさん体操の様子

令和8年度 公民館利用サークル一覧

皆さんも公民館を舞台に「生涯学習」や「地域活動」などに励んでください。

No.	正式名称	活動週	曜	活動時間	備考	
1	オカリナ	すみれ	第2週 第4週	月	13:30-15:45 9:30-15:45	
2	大正琴	大正琴ロマン会	不定期	金	10:00-11:30	
3	童謡	どじょっこ	第2・4週	水	13:30-15:00	
4	墨彩画	葦の会	第1・3週	金	13:00-15:00	募集なし
5	陶芸	神拝陶芸サークル	全週	月	9:00-16:30	募集なし
6	日本語	西条日本語勉強会	全週	日	10:00-12:00	
7	生け花	生け花	第4週	木	13:00-14:30	
8	茶道	知足会	第1~4週	水	15:00-18:00	募集なし
9	詩吟	燧嶺会神拝支部	第1~4週	金	19:00-21:00	
10	詩吟	遊友	全週	月	9:30-11:15	募集なし
11	書道	あらたま	第1・2・4週	金	13:30-15:00	
12	書道	みなもと	第1・2・4週	木	10:00-11:30	
13	日本舞踊	日本舞踊 緋藤会	第1~4週	日	9:30-12:30	
14	表装	表装クラブ	第1・3週	火	9:00-12:50	募集なし
15	エコクラフト	花かご	第1・3週	火	13:30-15:00	
16	手芸	むつみ会	第4週	土	13:30-15:30	
17	読書	紫陽花読書会	第1週	火	10:00-11:40	募集なし
18	そば打ち	そば打ち同好会	第3週	金	9:00-11:40	募集なし
19	囲碁ホール	ひまわり	全週	月	9:30-11:30	募集なし
20	囲碁ホール	囲碁ホールクラブ	第1・3・5週	水	9:30-11:30	
21	囲碁ホール	神友会囲碁ホール	全週	木	12:30-14:30	募集なし
22	器械体操	子ども体操クラブ	全週	木	15:30-18:00	子ども対象
23	健康体操	ザ・リラックス健康体操水曜会	第1~4週	水	19:30-21:00	4月入会のみ
24	健康体操	ザ・リラックス健康体操金曜会	第1~4週	金	19:30-21:00	4月入会のみ
25	健康体操	ザ・リラックス健康体操土曜会	第1~4週	土	10:00-11:30	4月入会のみ
26	健康体操	はつらつ健康体操	全週	木	9:20-10:40	
27	健康体操	一般社団法人生命の貯蓄体操普及会西条連絡所	全週	火	13:30-16:20	
28	健康体操	さくら草	全週	木	13:00-14:30	募集なし
29	百歳体操	かがやき体操	全週	火	9:30-11:00	募集なし
30	少林寺拳法	少林寺拳法協会	全週	火	19:20-21:00	子ども対象(4歳以上)
31	新体操	新体操	全週	火	15:45-19:00	子ども対象
32	新体操	RGディア	全週	土	12:45-18:45	募集なし
33	太極拳	どんぐり会	全週	火 金	9:15-11:45 13:15-15:45	募集なし
34	太極拳	太極拳サークル	全週	水 金	10:00-11:10	
35	卓球	卓球A	全週	月	13:00-15:45	
36	卓球	卓球B	全週	月	19:00-20:50	経験者のみ
37	卓球	さわやか卓球	全週	水	13:00-15:45	経験者優先
38	卓球	なかよし卓球	全週	金	13:00-15:45	
39	バレエ	西条子供バレエサークル	全週	日	12:00-21:20	子ども対象
40	フォークダンス	西条フォークダンスサークル カドリール	全週	火	9:50-11:50	
41	フォークダンス	西条フォークダンスサークル マリエッタ	全週	金	9:50-11:50	
42	ヨガ	ALMAyoga	第1~4週	水	20:00-21:00	
43	輪投げ	神友会輪投げサークル	全週	火	13:15-14:45	神友会会員のみのみ
44	健康	西条市食生活改善推進協議会西条ブロック神拝支部A	第2週	金	9:45-12:30	
45	健康	西条市食生活改善推進協議会西条ブロック神拝支部C	第2週	水	9:00-13:00	
46	ボーイスカウト	ボーイスカウト西条第6団	不定期			
47	健康麻雀	神拝脳トレクラブ	全週	月	13:30-16:00	募集なし
48	シャッフルボード	スマイルシャッフル	第1・3・5週	木	9:30-11:30	募集なし

★サークルに関する問い合わせ先 神拝公民館 ☎53-6946

公民館ニュース

2/26 シニアカフェ

昨年6月のシニアカフェで実施した「★からおけ DE イン トロ ドン クイズ★」が好評だったので、第二弾を実施しました。

歌いだし寸前のところで曲を止めて、曲名もしくは歌手名をチームで当ててもらいます。なかなか曲名や歌手名が出てこないようで、「もう少しづきを流して!」とのリクエストもありました。

初めて同席した人達と相談しながら人とのつながりや連帯感が生まれます。正解発表の後は希望者がマイクで、会場のみんと一緒に合唱し、楽しい時間が過ごせました。

優勝チームにはささやかですが記念品も。次年度開催のリクエストもたくさんいただきました。



みんなで楽しく歌唱しています!

地域のニュース

2/15 神拝校区防災訓練

神拝校区連合自治会と神拝防災士会の共催による防災訓練が開催され、約60人が参加しました。

神拝公民館は災害が発生またはその恐れがあるときに避難場所として市が指定している場所です。避難所の開設を想定し、受付開設の訓練から開始しました。また今回の訓練では、公民館に避難した際にどうやって中に入る?どんな備蓄品がどこにある?などを知るために公民館の備蓄品の確認も行い、実際にトイレやテント、ベッドなどの組み立ても行いました。

後半は西条市危機管理課の職員による、南海地震発生時の最新の被害予想に関する講話を聴き、最後に炊き出し班が、非常用のナイロン袋で米を炊く訓練で炊いたご飯と、非常食の豚汁の試食で締めくくりました。



神拝公民館の防災備蓄材倉庫を確認する参加者の皆さん

3/10 徳得学級

シニアの方々向けに、生活に役立つ学習をお届けする徳得学級。今年度最後の講演は、西条市包括支援センター北部の家族介護教室として、医療法人北辰会 西条市民病院の歯科衛生士 佐伯真由美氏による「病は口から」と題したオーラルフレイル予防に関するお話でした。

歯周病菌が引き起こす病気の怖さや唾液の役割、舌の働きの大さ、そして唾液の分泌を促すマッサージ方法や舌の働きをよくする体操方法、正しい歯磨きの仕方など、多岐にわたるお話を頂きました。歯磨きをよくする人でも口腔内細菌の数は1000億個から2000億個くらい、ほとんど歯磨きをしないう人ならなんと1兆個以上とか!

正しい口腔内の手入れ方法を習得して8020(80歳で自分の歯を20本以上維持する事)を達成しましょう。



正しい歯磨きの仕方を解説中です

※公民館事業「おげんきさん体操」でも「かみかみ百歳体操」であごや舌を鍛える体操を取り入れています。

2/26 神拝小学校 対話集会

「明日も行きたい学校とは?」というテーマで、地域の皆さん・保護者・高学年の児童・先生方が膝を交えて語り合う、神拝小学校対話集会が開かれました。

はじめての試みで、期待と不安でいっぱいでしたが、約6~8名で1グループになって、膝を使って円卓をつくり、行きたい!と思える学校ってなんだろうを話し合いました。

子どもたちの意見がともしっかりしていて、いじめのない、一人ひとりが尊重され平等である学校など、人と人がつながる基本となるワードが多く語られていました。当日、参加していた地域の方々も、いい雰囲気の中で、子どもや保護者の意見が聞けてよかったと大絶賛でした。次回の対話集会が楽しみです。

