

11月は「ないしまつづけ」月間



令和7年11月1日 第112号発行：花巻地区まちづくり協議会 <http://hananishi.com>
〒025-0095 花巻市石神町364 花巻市総合福祉センター内 TEL・FAX 22-6541

いきいき健康づくり教室(全3回) 参加無料

第3回

11月26日(水)

10:00～11:30
花巻市文化会館
第1会議室

【講話・老後も元気に過ごすためには】

老い心地の良い国へ寝たきりとボケの少なさにはワケがある
講師：笛川泰利 氏(花巻市生涯学習講師)

〈終了しました〉

第1回 9月19日(金) 「リズムに合わせて体を動かそう」

第2回 10月29日(水) 「シニア向けヨガ」

【申込締切】 11月21日(金)まで

保健福祉部会 主催

第15回 みんなが参加できる文化祭 演芸発表会

踊り・バンド・合唱・器楽演奏など

文化教育振興部会主催

11月15日(土) 13:00
花巻市文化会館大ホール
入場無料

裏面に進行予定表を掲載しています。

花巻地区市政懇談会のお知らせ

市長又は副市長が各地域に伺い、直接皆さんとの声をお聴きします。
地域の声を市政に伝える機会です
ので、ぜひご参加ください。

日時 11月25日(火) 18:00～

場所 花巻市総合福祉センター
研修室

【向合】花巻市地域づくり課(22-6541)

【申込方法】▶ 電話

花巻地区まちづくり協議会(22-6541)

受付時間 平日 8:30～17:15

* 土・日・祝日 休み

ざんどうサークルメンバー募集(数名)

運動不足の解消！心身ともに健康でいたい
そんなあなた！ヨガでリフレッシュしませんか？

場所 花巻市文化会館 和室

日時 月2回程度(金曜日) 13:30～15:00

会費 1ヶ月 500円程度

* 前期・後期の年2回募金します。

持物 ヨガマット 又はバスケット、飲み物

興味ある方は花巻地区まちづくり協議会(22-6541)まで！ 後日担当の方からお電話いたします。

▶ 協議会ホームページ専用申込フォーム

専用申込フォームに必要事項を

ご入力のうえご送信ください。

24時間受付中