

# 11月ばななししまちづくりがたり



令和7年11月1日 第112号発行：花西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】

若い心持の良い国～寝たきりとボケの少なさにはワケがある～

講師：笹川 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。

### 花西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(22-2111)

### ぎ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ヵ月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 バスタオル、飲み物

興味ある方は花西まちづくり協議会(22-6541)まで! 後日担当のうからお電話いたします。

### 【申込方法】▶ 電話

花西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

### ▶ 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  
ご入力の上ご送信ください。

24時間受付中