



中山地区公民館がより

集う・学ぶ・結ぶ 2026年6月号

中山地区公民館 第190号
 伊予市中山町出淵2-138-1
 TEL 089-967-1111
 FAX 089-967-1101
 ✉ nakayama-kou@city.iyo.lg.jp
 中山町(2026.4月末現在)
 人口 2,243人(-10)
 男性 1,095人(-4)
 女性 1,148人(-6)
 世帯数 1,164戸(±0)

佐礼谷高齢者教室

4月17日、佐礼谷老人クラブ総会前に高齢者教室が開催され、地域包括支援センター職員による「百歳まで健口長寿を目指して」と題しての講演で、噛むことの重要性や唾液の働き等の学習後、パタカラ体操や早口ことばで口を使った健康づくりを行いました。



中山高齢者教室

4月22日、中山老人クラブ連合会総会前の高齢者教室にて、伊予病院の理学療法士と作業療法士をお迎えし、「股関節を上手く使うコツ」と題し実技を交えた指導をいただきました。受講生は姿勢の大切さや腰痛予防について熱心に聞き入っていました。



6月の行事予定	
1	月 オピニオンリーダー養成(人権)講座①
2	火 公民館レクバレー抽選会
3	水
4	木
5	金
6	土
7	日
8	月
9	火
10	水
11	木
12	金
13	土
14	日
15	月
16	火
17	水
18	木
19	金
20	土
21	日 中山地区公民館レクバレー大会
22	月
23	火
24	水
25	木
26	金
27	土
28	日
29	月
30	火

オピニオンリーダー養成講座(人権学習)第2講のご案内

- 日程 7月14日(火) 19:00~20:30
 - 会場 伊予市役所4階 大会議室
 - 演題 尊厳を守るコミュニケーションについて
 - 講師 社会福祉法人慈光会 窪田 里美氏
- ※ 注意事項 筆記用具を持参してください。
 ※ 問い合わせ 社会教育課 (☎982-5155)

支館長・会長紹介

各支館及び住民自治されだに総会で、永木・野中の支館長、住民自治されだに会長が交代しました。
 【中山支館長】高本 久人(高岡)
 【永木支館長】植田 一彦(永木)
 【野中支館長】松本 茂(影之浦)
 【住民自治会長】上岡 寛(村中)
 よろしく願いいたします。

集団健診のご案内

- 毎年、健診を受けましょう。
- 7月18日(土) 8:30~
 - 会場: 中山地域事務所
 - 電話予約 0120-489-355
 - 申込締切 6月26日
 - 問合せ ☎ 089-982-2727
(伊予市保健センター)