

広報かわうえ

令和7年

1月1日

発行号

No. 225

もみじの里いきいき講座

川上公民館講座「もみじの里いきいき講座」では毎日を健康で楽しく過ごせるよう、脳トレ、簡単な運動、ためになる講話など、毎回様々な内容で実施しています。

今年度も好評な講座で6月から12月まで毎月1回のペースで開催してきました。

9月には音楽療法講座、10月は川上診療所、伴先生による健康講話が開催されました。

11月の講座は、昨年度から講座に取り入れたフランス発祥の軽スポーツ「ペタンク」です。ルールも分かり易く、公民館長から説明してもらい、実際に競技を行ってみました。

最終回の12月の講座では坂下交番所長から「財産を守る話」と題して詐欺に関する注意などをDVDを見ながら解説していただきました。



楽しい健康運動講座

川上老人クラブでは、会員向けに、楽しい健康講座を10月8日（火）、10月22日（火）、11月19日（火）に全3回で開催されました。

第1回は「音楽に合わせて体を動かそう」、第2回は「カラダ長持ち健康体操」、第3回は「舌&目の筋肉を動かして若返り（顔ヨガ）・「のびのびストレッチヨガ」と毎回健康になれる、実際に体験できる講座でした。

各回20名以上の参加があり、皆さん汗をかきながら笑顔で楽しい講座でした。



やさか地域街頭啓発

12月7日（土）、やさか地区青少年健全育成推進市民会議による街頭啓発活動がショッピングセンターサラの駐車場で行われました。

買い物客等に啓発物品を配布し、年末年始・冬休み中の青少年への地域全体での見守りを呼びかけました。

川上地域では、みなさんがいつまでも健やかに住みなれた地域で生活していけるよう、川上診療所、市北部地域包括支援センターが共同で「川上遊楽会」として毎月65歳以上の方を対象に講座を行っています。

12月12日（木）の講座は来年の干支（飾）作りでした。参加した15名の方は、丹羽看護師・支援センター職員の方から作り方を教えてもらい、見本を見ながら作成しました。皆さん上手に完成させていました。



選挙のお知らせ

1月26日（日）は岐阜県知事選挙の投票日です。

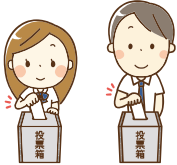
【投票時間】午前7時から午後6時まで

【投票場所】かわうえ投票区…かわうえ自然休養村管理センター

※入場券に記載された投票所のみ投票することができます。

期日前投票は、市内各地で投票できます。

詳しくは「広報なかづがわ1月号」の18ページをご覧ください。



令和7年1月行事予定表

日	曜日	行 事	時 間	会 場
8	水	川上小学校3学期始業式 坂下中学校冬休み明け集会		
11	土	消防出初式	8:45 ～	中津川文化会館
12	日	中津川市二十歳の集い	13:30 ～	東美濃ふれあいセンター
15	水	行政相談 遊楽会（骨密度測定と骨の話）	13:00 ～ 13:30 ～	坂下総合事務所第2庁舎 かたらいの里
23	木	区長・地区長連絡会議	19:30 ～	かたらいの里
28	火	遊楽会（健康体操）	13:30 ～	かたらいの里
30	木	乳幼児学級	10:00 ～	かたらいの里

ごみの収集日

燃えるごみ	毎週 月・木曜日 年始1月4日（土）
燃えないごみ	1月8日（水）
資源・硬質ごみ	1月6日（月）
大型ごみ	1月28日（火）
有害ごみ	1月29日（水）

※年始の燃えるごみ収集日にご注意



親と子の対話が作る良い家庭
毎月第3日曜日は「家庭の日」
中津川市青少年健全育成推進市民会議

・みんなそろってたのしいごはん

○「やってみよう」という子どもの思いを受け止めて
まずは簡単な料理から。【「家庭の日」普及実践強調月間】

川上地区の人口と世帯数

（R6. 11. 30現在）
人口 661人【男 328人 女 333人】
世帯 277世帯
令和6年度生まれた赤ちゃん 1人

