

9月の遊山倶楽部は、梨狩り体験(松川町)と赤そばの見学(箕輪町)に行ってきました。



9/13 木に実っている梨を初めて見た気がします。



9/26 満開とまではいきませんが、一面の赤そばは見事でした。

第6号

# 公民館情報

# はせ通信

## 長谷公民館だより

講座「遊山倶楽部」では、それぞれ“秋”を感じる体験をしてきました。秋晴れとはいきませんでしたが、この時期だけ見られるものを見たり、体験することができ、有意義な時間を過ごしました。

9月15日(金) 長谷公民館 講堂  
さくらんぼきっずとくじらくらぶの合同運動会を開催しました。元気いっぱい、競技に参加しました。



さくらんぼキッズとの合同運動会は毎年9月に開催しています。旗ひろい、お菓子キャッチや障害物を越えてゴールを目指すサーキット遊び、親子で動物の動きをマネしながらゴールを目指す親子動物競争など楽しみながら参加できる競技がたくさんありました。

第45回長谷地区文化祭を11月4日から10日まで開催します。今年11月4日(土)に生涯学習講演会も開催されますので、大勢の皆様のお越しをお待ちしています。

ほしごみニュース



健康づくり教室始まる

毎月1回全5回の健康づくり教室が始まりました。講師に、理学療法士の小松さんを招き、日常生活で不安に思っている体の不調やストレッチの方法、自分に必要な運動は何かなど教えていただきました。ながら体を動かします。途中からの参加もできますので、興味がある方は参加してみてください。

参加者募集中

「蕎麦打ち講習会」の参加者を募集しています。まだ、定員に余裕がありますので、年越し蕎麦を自分で打ってみたい方は、是非、ご参加ください。少人数ですので、講師の先生から打ち方をしっかりと習うことができます。全4回開催です。参加費…500円 材料費その都度

●お問い合わせ・お申込みは長谷公民館までお願いします。

お問い合わせ先  
長谷公民館  
長野県伊那市  
長谷溝口1188-1  
TEL 98-2009  
FAX 98-2010