

南畑公民館だより

編集 南畑公民館だより編集委員会

発行 富士見市立南畑公民館

〒354-0002 富士見市上南畑306-1 Tel.049(251)5663

南畑の現風景 90



ふじみパワーアップ体操

足腰の筋力やバランス能力の向上に効果があり、音楽に合わせて誰でも気軽にできる体操、それがパワーアップ体操です。私たちのグループは、南畑公民館で50名のメンバーが活動を続けています。それぞれの皆さんが体調も良く、階段の昇り降りがスムーズにできるようになり、楽しく通えているという声も聞かれ、体操を続けることで、より若く行動できることを実感しています。また、たくさんの人達とのふれあいの中で、気づかひの大切さや優しさ、さらにはメンバーが力を合わせてグループをより良い方向へと進めていくことなど、多くのことを学べたことも大きな収穫と考えています。

(文/P. Nいなほ 亀井志津枝 写真/公民館だより編集委員)

南畑の人口・世帯数

人口				
4,632	前月比 3増	男	2,340	
		女	2,292	
世帯				
1,801	前月比 26増			

平成29年4月30日現在

今月の記事

- | | |
|-----------|------------------|
| 1 南畑の現風景 | 4~5 特集 |
| 2 公民館お知らせ | 歯とお口の健康 |
| がんばれ南畑っ子 | 6 伝言板 |
| 3 ともだちのわ | 7 あらっ! 不思議 何故 |
| 私の400字 | 8 なんばた MY FAMILY |
| | 編集後記 |