



# 手子林公民館だより

令和5年6月1日  
発行 手子林公民館  
電話 565-2668

【手子林体育振興会事業】

【日 時】6月18日(日) 小雨決行

9時00分：手子林公民館集合～

9時15分出発～12時15分頃解散

【目的地】手子林地区内各所(千眼寺・富徳寺 etc)

【費用】無料【募集人数】25名【持ち物】飲み物、タオル、履きなれた靴

【申込み】手子林公民館へ来館またはお電話で(Tel 565-2668)

## はつらつウォーキング

お弁当付き♡



駅名「南羽生」が地名にその①  
明治二十八年(一八九五)に東武鉄道会社が創立。明治三十二年に北千住駅から久喜駅まで、三十五年に加須駅まで東武伊勢崎線が開通した。  
そして明治三十六年四月に加須駅、川俣駅(利根川堤防下の羽生側・仮駅)が開通、羽生駅が開駅、須影駅は五か月後の九月に開駅された。  
明治四十年、利根川架橋完成、群馬県側に川俣駅が設置され、羽生側川俣駅は廃駅。明治四十一年には乗降客が少ないため、須影駅も閉駅となってしまう。  
(「羽生市の地名」羽生須影今むかし研究会発行より)

### 3B体操の4大効果

- ①生活習慣病にならないための有酸素性運動
- ②ロコモ予防のためのバランス機能改善運動と筋力づくり運動
- ③けがの予防やすべての運動に柔軟性を高めるためのストレッチング
- ④心身のリラクセスと認知機能改善のためのあそびの運動



### 3B体操教室

日 時：7月6日・13日(木) 全2回  
午後2時00分～3時30分  
対 象：市内在住・在勤・在学の方 15名  
費 用：無 料  
持ち物：動きやすい服装、飲み物  
敷き物(バスタオル等)  
申込み：手子林公民館まで。お電話でもOK!  
★3Bとは、ボール、バル、バルターの3つの用具のことです。

## 手子林ふれあい大学 が始まります!

- ① 6月22日(木)  
「開講式・公民館長のお話し」
  - ② 7月20日(木)  
「身近な防犯・防災について」
  - ③ 8月10日(木)  
「羽生市長、羽生市政を語る」
  - ④ 9月14日(木)  
「介護予防レクリエーション」
  - ⑤ 10月12日(木)  
「家族や自分のための終活」
  - ⑥ 11月9日(木)  
「いきいき健幸音楽教室・閉講式」
- ※時間：全日 9:30～11:30

## 第10回 フォトクラブ・テイクワン ワクワク写真展

日時 6月16日(金)～18日(日)  
午前9時～午後5時(日曜日は午後3時まで)  
会場 手子林公民館 講堂



### はつらつ教室

6月28日(水)  
午前10時～11時

### 健康運動教室

6月2日・9日・23日・30日  
午前10時～11時30分

### 公民館 6 休館日

2023		June				
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

○毎週火曜日