

# 水木学区 コミュニティだより (1)

2月 第8号

水木学区コミュニティ推進会

総務部

## 令和6年水木学区コミュニティ推進会「賀詞交歓会」を開催

1月14日(日) 10時30分から水木交流センター大会議室にて賀詞交歓会が開催されました。

森山会長の開会の挨拶で始まり、来賓の先生方や支部長、専門部長さんからも今年の抱負をいただき佐藤顧問の三本締めと対馬副会長閉会の挨拶で和やかの中お開きになりました。参加者は50名でした。



# 水木学区 コミュニティだより (2)

## 水木シルバーリハビリ体操教室 開催のお知らせ

シルバーリハビリ体操は茨城県知事認定の介護予防体操です。身体機能の低下の予防や、健康寿命を延ばす効果があります。

いつでも、どこでも、一人でもできる体操で、立っても、椅子に座っても、床の上で寝てもできる体操です。 **ぜひ体操教室へ参加して、体操とおしゃべりを楽しんで下さい!**

①場 所・・・水木交流センター

②日 時・・・令和6年4月から、第4木曜日、10:00～11:30

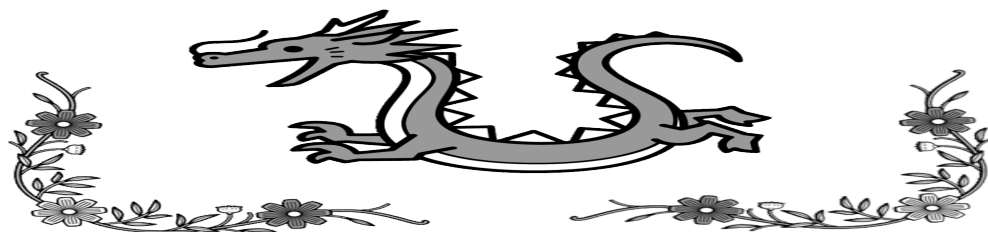
③持ち物他・・・体を動かしやすい服装、水分、タオル他

④連絡先

日立市シルバーリハビリ体操指導士会 中部南ブロック

藤咲孝子・・・090-4612-2258

川又亮子・・・090-9964-8104



# 水木学区コミュニティだより(3)

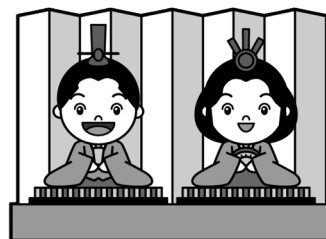
## スポーツ部

### 「スケート体験会」を開催

1月14日(日)今年も笠松運動公園で親子がスケートを楽しみました。  
今回の参加者は、子どもが10名(小学1～5年)、大人が11名(うち見学者6名)でした。

スケートが初めてという小学1年生の子どもは、最初は一歩ずつゆっくり進んでいましたが、何度も転びながら氷に慣れてくると、終わる頃は見事なフォームで滑るまでになりました。

来年度も予定していますので、子どもさんも参加してください。



### 「さくらロードレース」の監察員募集!

今年も4月7日(日)に「第24回日立さくらロードレース」が開催されます。  
昨年は水木コミュニティから6名が監察員としてボランティア参加し、コースの誘導や事故発生時の対応など、選手の安全確保の重要な業務を担っています。

水木は国道6号日立バイパス上を担当します。

監察員として参加したい人を募集しています。

希望する方はスポーツ部対馬(090-9327-6258)まで連絡ください。

