

大戸岳

令和6年3月号

(E-mail 161063@tw.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp)

発行日 令和6年3月1日
発行所 大戸公民館
発行人 館長 森澤 由尉
電話 0242-92-2373
FAX 0242-92-3449

世帯数・・・ 606世帯
人口・・・ 1240人
おとこ・・・ 587人
おんな・・・ 653人
(令和6年2月1日現在)
※住民基本台帳の人口です。

司法書士に聞く 知っておきたい相続の知恵

みなさん相続について不安を感じていませんか？
親族間の“争続”にならないために、必要な知識を学びます。
財産を残す側、残される側の双方の視点から、遺言や生前贈与
遺産分割など、最新の動向を踏まえた様々なお役立ち情報を相続
のプロからお話しいただきます。

- 日時 3月23日(土) 10時00分～11時30分
- 会場 大戸公民館2階講義室
- 講師 田中裕志 司法書士
～取り扱い事業一覧～
相続・遺言・後見手続 不動産登記手続
農地転用 会社・法人登記手続
- 参加費 無料 ※先着30名
- 申込み 大戸公民館 TEL 0242-92-2373



まるごと健康ウィーク!! in おおと VOL2

昨年大好評でした健康イベントを今年はさらにバージョンアップして開催いたします。
大戸町のみなさんが一丸となって、心も身体もイキイキと元気に春を迎える準備をしましょう!!

- 期間 令和6年3月10日(日)～16日(土)
- 内容
 - ① 3月10日(日) 13時30分～15時
「座って出来る肩こり解消法」
会場：大戸公民館
講師：市内フィットネスジムトレーナー
参加費：無料
 - ② 3月11日(月) 9時30分～11時30分
「チーム対抗 Wii ボーリング大会」
会場：大戸公民館
参加費：無料
内容：3名以上4名以内でのチーム対抗戦
1～2名の方も事務局で調整しますので、遠慮なくご相談ください。
豪華景品獲得のチャンス!!
 - ③ 3月12日(火) 10時～11時30分
「認知症世界の歩き方」
会場：大戸公民館
講師：北会津包括支援センター 杉本氏
参加費：無料
内容：認知症の方に世界はどのように見えているのでしょうか？模擬体験を通して、認知症への理解を深めます。
 - ④ 3月12日(火) 13時30分～15時
「今日から使える糖尿病予防のコツとポイント」
会場：大戸公民館
講師：会津医療センター
看護部 副看護師長 猪俣利恵氏
参加費：無料



- ⑤ 3月12日(火) 19時～20時
「メンタルケア 心の保ち方講座」
会場：大戸公民館
講師：会津こころと脳のクリニック
院長 後藤大介氏
参加費：無料
内容：自分自身、子ども、家族を育むマインドセット等
についてのお話しです。



- ⑥ 3月13日(水) 10時～11時30分
「ヨーグルトと乳酸菌講座!!」
会場：大戸公民館
講師：株式会社明治
参加費：無料
内容：ヨーグルトの効果効能について学びます。
参加者全員に試供品の提供あり。



- ⑦ 3月13日(水) 14時～16時
「笑いが一番の薬 笑活レクリエーション」
会場：大戸公民館
講師：会津若松市社会福祉協議会
参加費：無料
内容：誰もが気軽に参加できる軽スポーツをみんなで
おしゃべりしながら楽しみましょう!!



- ⑧ 3月14日(木) 9時～16時
「茶話会&カラオケ」
会場：大戸公民館
参加費：無料
内容：楽しいおしゃべりとカラオケでストレス発散!!



- ⑨ 3月15日(金) 13時～16時
「元オリンピック選手が教える!! 健康ウォーキング講座」
会場：大戸公民館及びその周辺
講師：園原健弘氏(元オリンピック選手)
参加費：無料
内容：バルセロナオリンピック男子50キロ競歩日本
代表園原健弘氏から直々に健康を保つための
歩き方を学び、実践します。
第2部は、株式会社伊藤園さんから体に優しい
美味しいお茶の淹れ方を学び、園原氏を交えて
茶話会を開催します。



- ⑩ 3月16日(土) 10時～16時
「イケメン エアロビ エクササイズ教室」
会場：大川荘
講師：YURAサマ
内容：昨年の開催はテレビでも取り上げられ、話題
沸騰となったイケメン講師によるエアロビ教室
です。豪華景品が当たる抽選会も用意。
料金、対象等の詳細は、同時配布の専用チラシ
でご確認ください。



- ⑪ 3月11(月)～15日(金) 9時～16時
「健康チェック」
会場：大戸公民館
内容：最先端の機械を使用し、体重、体脂肪率、
筋肉量、体水分量、推定骨量、基礎代謝量
等を測定、筋肉と脂肪の総合評価を分析します。



☆お電話での問合せ・申込み
お名前、ご住所、電話番号、年齢、希望イベント名を
お伝えください。
TEL 080-4516-4246 (大戸まちづくり協議会)
0242-92-2373 (大戸公民館)
受付時間 平日 8:30～17:15

☆FAXでの申込み
お名前、ご住所、電話番号、年齢、希望イベント名を記載し
FAX 0242-92-3449 (大戸公民館)
にお送りください。

日本アニメ映画「聲の形」鑑賞会

“退屈なこと”を嫌うガキ大将の主人公は、耳の不自由な転校生への無邪気な好奇心によって退屈から開放された日々を手に入れます。しかし、彼女とのある出来事がきっかけで、彼は周囲から孤立します。やがて五年の時を経て、別々の場所で高校生へと成長したふたり。“ある出来事”以来、固く心を閉ざした主人公は彼女のもとを訪れます。

本作品は、ひとりの少年が、少女を、周囲の人たちを、そして自分を受け入れようとする物語です。痛みから温かさが生まれ、心に刺さる感動を、美しい映像と共にお届けします。

- 日時 3月23日(土) 13:30～15:30
- 場所 大戸公民館2階講義室
- 内容 聲の形(2016年作品)
- 参加費 無料
- 申込み 不要
- 問合せ 大戸公民館 TEL 0242-92-2373



お茶会サロンのお知らせ

今月も会津児童園の地域交流イベントが下記の通り開催されます。皆様のご参加お待ちしております。

- 日時 令和6年3月17日(日) 10時～11時30分
- 内容 今年度の活動をふり返り、次年度の活動のアイデアを考えます。
- 申込み 締め切り3月12日(火) 会津児童園 宮澤まで
TEL 0242-92-3250
FAX 0242-92-3259



「1月の活動風景」

「POLICEアプリふくしま」スタート

- ・ 県民の事件事故防止と自主防犯意識の高揚を目的としたスマートフォンアプリ
- ・ 若年層から高齢者層まで幅広い世代に向けた伝達ツール
- ・ 犯罪発生や交通事故などの地図表示機能、防犯ブザー機能、ATM利用時の注意喚起機能など多くの機能を装備
- ・ 県警ホームページ、POLICEメールふくしまなどの情報発信コンテンツにも連動

皆さんの安心安全の生活に是非ご活用ください！！

福島県金融機関防犯対策協議会
福島県警察



「通信俳句講座」(二月投句作品)

ひとり居に福を呼び込む鬼やらひ (阿達勝)
 足るを知り一日一日の風温し (大島スイ子)
 喜寿の朝嫁入り桐に春日さす (大関貞子)
 日向ぼこ話し上手に聞き上手 (鹿目栄八郎)
 大寒や母の録音通夜に聞く (鹿目京子)
 散々なコロナ禍抜けて卒業す (木村清子)
 節分に目刺し三連売られをり (小池金政)
 喧噪の町に凍たる冬桜 (佐藤紀子)
 人目避けつま先で割る氷かな (佐藤ゆう子)
 採血の結果褒めらる四温かな (鈴木智子)
 佐義長の炎の向うに友の顔 (高石孝子)
 亀鳴くを待てど聴こへぬ老いの耳 (長沼幸子)
 パーマ屋の猫すり寄りて寒明くる (二瓶和子)
 つんつんと今朝見つけたよ牡丹の芽 (野矢征子)
 白鳥の絵入り賀状を故郷より (林久美子)
 節分やしはがれ声の鬼は外 (古川廣子)
 前だれの釣銭探る悴む手 (星経子)
 通院は仕事の草萌ゆる (一秋)

大戸町イベントカレンダー 3月

日	曜	公民館・学校・団体等行事予定
1	金	大戸子どもクラブ利用希望者説明会、体育連盟卓球、中学校(安全点検)
2	土	大戸子どもクラブ利用希望者説明会、小金井ブレイブスポーツ少年団、大戸まちづくり協議会(ヨガ教室)、体育連盟卓球、生け花クラブ
3	日	小金井ブレイブスポーツ少年団、門田ベアーズ野球スポーツ少年団
4	月	小学校(全校朝会(校長講話))
5	火	大戸地区民生委員児童委員協議会、小学校(6年生を送る会(児童会2)3.4校時)、中学校(1.2年実力テスト、県立高校前期選抜、弁当)
6	水	高齢福祉課、小学校(あいづね号、卒業を感謝する会)、中学校(県立高校前期選抜)
7	木	大戸スポーツウエルネス吹矢クラブ、大戸まちづくり協議会定例会
8	金	小学校(愛校美化活動)、中学校(卒業式予行)
9	土	大戸まちづくり協議会(ヨガ教室)
10	日	まるごと健康ウィーク!! inおとお「座って出来る肩こり解消法」
11	月	まるごと健康ウィーク!! inおとお「ボーリング大会」、小学校(全校朝会(3.11を忘れない))
12	火	まるごと健康ウィーク!! inおとお「認知症世界の歩き方」、「今日から使える糖尿病予防のコツとポイント」、「メンタルケア 心の保ち方講座」、中学校(卒業式準備)
13	水	まるごと健康ウィーク!! inおとお「ヨーグルトと乳酸菌講座!!」、「笑いは一番の薬 笑活レクリエーション」小学校(卒業式予行)、中学校(卒業証書授与式)
14	木	まるごと健康ウィーク!! inおとお「お茶会&カラオケ」、中学校(式場片付け)
15	金	まるごと健康ウィーク!! inおとお「元オリンピック選手が教える!!健康ウォーキング講座」、中学校(生徒指導委員会)
16	土	まるごと健康ウィーク!! inおとお「イケメンエクササイズ教室」(大川荘)、赤十字奉仕団大戸分団、体育連盟卓球
17	日	会津児童園「お茶会サロン」
18	月	小学校(全校朝会)、中学校(1.2年NRTテスト)
19	火	中学校(1.2年保護者会)
20	水	春分の日
21	木	大戸スポーツウエルネス吹矢クラブ、小学校(お弁当の日、卒業式準備(3.4.5年)、修了証書授与式1~5年)
22	金	体育連盟卓球、小学校(卒業証書授与式10:00)、中学校(修了証書授与式)
23	土	大戸わくわく講座「相続に関する講座」、「聲の形」映画鑑賞会、体育連盟卓球、小金井ブレイブスポーツ少年団
24	日	門田ベアーズ野球スポーツ少年団、小金井ブレイブスポーツ少年団
25	月	通信俳句講座(閉講式)、べっぴん3、小学校(職員会議⑩)
26	火	大戸まちづくり協議会(ねこのて)
27	水	
28	木	大戸スポーツウエルネス吹矢クラブ、小学校(離任式)
29	金	体育連盟卓球、中学校(離任式)
30	土	体育連盟卓球、道統少林寺流錬心館空手道
31	日	門田ベアーズ野球スポーツ少年団

※この予定は、2月22日現在です。変更等の場合がありますので、各団体にお問い合わせ願います。太字は、公民館主催・共催事業です。

会津若松市大戸公民館ホームページ

<https://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2007081001115/>