



天瀬町の滝めぐり 天瀬六瀑のうち四瀑を

事業報告 らく楽ウォーキング

今年度2回目の「らく楽ウォーキング」はスクールバスを使って、ちょっと遠出♪天瀬町の滝めぐりをしてきました。

天瀬町には、天瀬三瀑と呼ばれる慈恩の滝、桜滝、観音の滝、さらに、天瀬三瀑に楓葉の滝(かえでのたき)、山伏の滝、夕日の滝を加えて天瀬六瀑と呼ばれる滝があります。今回は、ウォーキングをしながら、桜滝、観音の滝、楓葉の滝、山伏の滝、六瀑のうち四瀑を見学してきました。

この中でも有名なのは、桜滝ではないでしょうか！落差約25m、幅約15m。水量が豊富で、流れ落ちる滝水が無数の非常に細かい筋になり、飛沫が桜の花のようであることから、桜滝という名が付けられたとされています。



天瀬三瀑の一つ、桜滝で癒しのひととき

2019年放送の「マツコの知らない世界」では、楽をして秘境に行ける滝として「女性にオススメしたい滝3選」の1位に選ばれました。

確かに、駐車場から200mほ

どの舗装された平坦な道を歩くだけで、こんなすごい滝が見れるなんて！滝の美しさと水しぶきによるマイナスイオンにとっても癒されました。



スマホLINE講座を開催

参加者
募集中

写真講座は今月開催

5月から6月にかけて、「スマホお助け教室」を開催中です。講師には、パソコン・フォトインストラクターの横尾正

治さんに来ていただいております。5月は、スマホの中でもとても便利なアプリ、「LINE講座」を開催しました。

6月にはスマホを使って写

真撮影をする「スマホ写真講座」を開催します。こちらは定員に余裕がありますので、興味のある方は若宮公民館までお問い合わせください。



LINEの友だち追加を習得中

スマホ写真講座

- (対象) スマホをお持ちの方
- (日程) 6/11(火)~6/13(木)の3日間
- (時間) 午後2時30分~4時30分
- (参加費) 無料



**参加者
募集中**

すずめの学校 教室生・サポーター募集中

お知らせ

若宮公民館では、認知症予防講座「すずめの学校」を毎月1回開催しています。「すずめの学校」とは、認知症にならないための学習療法で、読み、書き、

計算、体操などを中心とした楽しい教室です。教室の最後はお茶を飲みながら歓談、楽しい時間を過ごしています。

只今、教室生および教室運営

のお手伝いをしていただけるサポーターを募集しています。興味のある方は、若宮公民館までお問い合わせください。

(日 時) 毎月第4月曜日 10時～ ※ 次回は6/24(月)

(対 象) 高齢者の方 (サポーターは年齢不問)

(内 容) ラジオ体操・唱歌・音読・計算ドリル・レクリエーションなど

(参加費) 各回 200 円

(申込先) : 若宮公民館 (TEL23-9850)



5月は「卓球バレー」を楽しみました

**参加者
募集中**

今からでも参加できます ～女性セミナー～

お知らせ

6月から3月まで、講演会や物づくり、研修旅行など、いろんな活動を開催していく「女性セミナー」。定員に余裕があるため、今からでも申込み可能です！ 詳しくは若宮公民館にお問合せいただくか、先月世帯配

布しています募集チラシをご覧ください。

6月のご案内

(日 時) 6/17(月) 19時～

(内 容) 日本茶講座

(参加費) 300 円



昨年度「寿考教室」での日本茶講座

**参加者
募集中**

子育てサロンも 6 月スタート

お知らせ

未就学の子どもとその保護者を対象に、仲間づくりや情報交換の場として開催している「子育てサロン」。(若宮地区社会福祉協議会主催) 6月から3月まで、毎月1回開催します。

6月の内容はリトミック♪

参加希望の方は若宮公民館までお申し込みください。

6月のご案内

(日 時) 6/14(金) 10時～

(内 容) リトミック教室

(参加費) 無料



昨年度のリトミック教室の様子

今後の予定

6/11(火)～13(木) スマホお助け教室 スマホ写真講座 講師：横尾正治さん

14(金) 子育てサロン リトミック教室 講師：後藤ピアノ教室 後藤 朋子さん

17(月) 女性セミナー 実習「新茶を味わう九州茶会」
講師：日本茶インストラクター協会 竹中 昌子さん

18(火) 寿考教室 講話&音楽療法「笑って楽しく生きましょう」

講師：隈診療所 院長 宮崎 秀人さん、音楽療法チーム フリージアの皆さん

22(土) スクラム教室 開講式ほか

24(月) すずめの学校 認知症予防講座

