

# 鍋掛公民館だより

令和3年9月号  
発行：鍋掛公民館  
館長 津久井真樹  
那須塩原市鍋掛531  
☎ 60-1164  
FAX 60-1165

## 祝 長寿 ～ 鍋掛地区敬老会 ～

今年度（令和3年度）の『敬老の日』は9月20日(月)です。鍋掛地区敬老会（鍋掛地区自治会長会主催）は、この広報の回覧が始まった直後の日曜日、9月19日に実施されます。



祝日法によると、敬老の日は「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」ことを趣旨としています。

時々「敬老の日って本当のところ何歳から対象なの？」と聞かれますが、これには明確な決まりはないんだそうです。実際、那須塩原市においては対象年齢を75歳から段階的に上げていて、今年は79歳以上の方が対象です（来年には対象が「80歳以上」となる見込み）。

近年では「65歳以上は高齢者」とは言えないくらい、元気に散歩やグラウンドゴルフをしている70代、80代の方がいたり、公民館の高齢者学級に参加してくれる90代の方がいたりします。

普段であれば、対象者の方々に公民館へお集まりいただいて地域全体でお祝いをするところですが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今回は記念品配布のみとなりました。ですが、「お年寄りを敬い、長寿を祝う」気持ちには変わりありません。地域の皆さんの安心・安全・健康を確保することが最重要ですので、対象の皆さんにはどうかご理解いただきたいと思います。

高齢者の元気は地域の活気につながります。これからの地域を担う若い世代への変わらぬご指導ご鞭撻を今後もお願いしたいと思います。

## 公民館利用に関してのお知らせ（前月からの続報）

公民館では、先月発令された「まん延防止等重点措置」や「緊急事態宣言」により、開館時間の短縮、利用者への自粛要請や施設（旧寺子小学校を含む）の新規利用予約及び申請受付の停止等の措置を講じています。

9月12日(日)までだった栃木県の緊急事態宣言の期間は、月末まで延長されることになりました。那須塩原市を含む県北での新規陽性判明者数は減少傾向にありますが、県全体で現在の体制を維持することになるため、時短解除や施設利用制限の緩和については来月以降に先延ばしすることとなりました。

今後の利用に関しては、国・県の示した指標（ステージ）の移行に応じて判断していくこととなります。

皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

【参考】栃木県の警戒度レベル

国（県）ステージ4 （緊急事態措置）	国（県）ステージ3 （まん延防止等重点措置）	県版ステージ2.5 「嚴重警戒」	県版ステージ2 「感染注意」	県版ステージ1 「感染観察」
-----------------------	---------------------------	---------------------	-------------------	-------------------

裏面にもお知らせがあります

# なべかけ健康講座

## 体幹トレーニング 参加者募集!



首・肩・腰などの身体の痛みを改善し日々の仕事や日常生活を楽しみたい人、  
日ごろ運動不足を感じている人、エクササイズを考えている人、自分の体に自信を持ちたい人など、健康な心と体を目指して、ぜひ参加してみてください。  
初めての方や年配の方でも、どなたでもすぐに取り組むことができます！  
皆さんのご参加、お待ちしております！！

日 程：11月11日（木）、11月18日（木）、11月25日（木）  
12月2日（木） 【計4回】  
時 間：午前10時から午前11時30分  
場 所：鍋掛公民館 多目的ホール  
講 師：阪野 大護 氏（体幹専門スタジオ コアムーブ 主宰）  
定 員：10名（鍋掛地区在住の方が対象です。）  
参加費：無料  
持ち物：運動のできる服装、室内運動用シューズ、タオル、飲み物  
申込み：9月28日（火）午前8時30分から受付開始  
電話で公民館へ（☎60-1164）  
締切り：10月12日（火）または定員になり次第締切ります。

体幹トレーニングは老若男女  
問わず自身の体力に合わせた  
取り組みが可能です！



（注）新型コロナウイルスの状況によっては、実施回数や時間等の内容変更、または開催を中止する場合があります。

## なべかけ散歩 参加者募集

（主催：鍋掛地区コミュニティ推進協議会）

開催日時 10月31日（日）午前9時から午前11時30分  
集合場所 鍋掛公民館  
散歩コース 鍋掛公民館周辺（鍋掛・樋沢エリア）  
持ち物 飲み物、タオル、雨具  
参加費 無料  
募集人数 15人  
申込み 9月28日（火）から  
電話で鍋掛公民館へ（60-1164）  
締切り 10月15日（金）または定員になり次第  
その他 新型コロナウイルスの状況によっては開催を中止する場合がありますのでご了承ください。

### 公民館から休館日に関するお知らせです。

東京オリンピック・パラリンピック開催に伴い、10月の祝日（スポーツの日）が7月に移動したため、10月の休館日はありません。

※今年度限りの特例です