

かわのえ隣保館だより

2026年3月発行号

川之江隣保館は四国中央市が設置する施設で、地域社会全体の中で、福祉の向上や人権啓発の住民交流の拠点となる開かれたコミュニティセンターとして、あらゆる人権問題の解決につなげていくため、日々の学習会や、サークル活動などに取り組んでいます。

「隣保館とは・・・」

隣（となり）・・・並ぶ・接する
 保（たもつ）・・・守る・支える
 館（やかた）・・・人の集う建物

文字が示すように、隣近所で支え合い、助け合い
 誰もが明るく暮らせるまちを目指しています。
 そのためには、みんなが、同じ時間を共有し、
 お互いを「知る」ことが大切です。

相談事業

悩んでいることはありませんか？

隣保館は「人権」「就職」に関する相談や生活におけるお悩み、困りごとについて、関係機関と連携を図りながら解決方法を考えます。

「職場でのハラスメント」「職場や学校に行けない」など人権に関わる悩みやその他生活相談、職業相談等困っていることは何でも相談してください。

令和8年度の主な行事予定

行 事 名	内 容
7月～8月 人権・同和教育学習会	小・中学校教員の同和問題学習会
12月 子ども会クリスマス会	子ども会に参加する児童・生徒のクリスマス会
2月 街頭啓発活動	街頭啓発ティッシュ配布活動
	ふれあいのつどい 人権啓発の講演やバザーなど

3月行事予定

日(にちようび)	月(げつようび)	火(かようび)	水(すいようび)	木(もくようび)	金(きんようび)	土(どようび)
1	2 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) けんこうたいそう 健康体操(山根会)	3 たいきょけん 太極拳 スローエアロビック	4 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー)	5	6 たつきゅう 卓球クラブ	7
8	9 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) けんこうたいそう 健康体操(山根会)	10 たいきょけん 太極拳	11 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー)	12	13 りょうりきょうしつ 料理教室 たつきゅう 卓球クラブ	14 きゅうじつかい 休日開館日 マインドフルネス たつきゅう 卓球クラブ
15	16 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) けんこうたいそう 健康体操(山根会)	17 たいきょけん 太極拳 スローエアロビック	18 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー)	19 ふれあい喫茶	20 しゅんぶん 春分の日	21
22 きゅうじつかい 休日開館日 せいめいそんちようどくしよかい 生命尊重読書会	23 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) けんこうたいそう 健康体操(山根会)	24 たいきょけん 太極拳	25 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー)	26	27 たつきゅう 卓球クラブ	28 きゅうじつかい 休日開館日 たつきゅう 卓球クラブ
29	30 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) けんこうたいそう 健康体操(山根会)	31 マインドフルネス				

りんぼかんじぎょう こうざ かつどう
隣保館事業・講座・サークル活動

きっさ
ふれあい喫茶

さいじょう みな
 65歳以上の皆さんが、モーニングを食べながら、おしゃべりしたり、楽しい時間を過ごしています。



だい もくようび
 第3木曜日 9:30~11:00
 さんかひ かい えん
 (参加費) 1回 200円

かわのえ りょうりきょうしつ
川之江ふれあい料理教室

ねんれい せいべつ と だれ きがる さんか
 年齢・性別を問わず誰でも気軽に参加できる料理教室です。



だい きんようび
 第2金曜日 10:00~13:00
 さんかひ かい えん しょかい えん
 (参加費) 1回 500円 (初回600円)

めいそうかい
マインドフルネス瞑想会

にちじょう つか のう
 日常のストレスや疲れた脳・こころ・からだをそっとゆるめてゆくマインドフルネス瞑想です。



めいそう
 ※椅子に座って瞑想をしています。

だい とうようび
 第2土曜日 10:30~11:30
 さいしゅうかようび
 最終火曜日 19:30~20:30

スローエアロビック

たの むり
 スローエアロビックは楽しみながら無理なくできるフィットネスで、体をひねる運動をリズムにあわせてゆっくり繰り返す運動です。



まいつきだい だい かようび
 毎月第1、第3火曜日 19:00~21:00

ちよきんたいそう
貯筋体操 (ひまわり)

まいしゅうげつようび
 毎週月曜日 9:00~10:30

けんこうたいそう やまねかい
健康体操 (山根会)

まいしゅうげつようび
 毎週月曜日 13:30~15:00

たいきょくけん かせ
太極拳 (そよ風クラブ)

まいしゅうかようび
 毎週火曜日 9:30~10:30

ちよきんたいそう
貯筋体操 (スイートピー)

まいしゅうすいようび
 毎週水曜日 9:30~10:30
 10:30~11:30

たつきゅう
卓球クラブ

まいしゅうきんようび
 毎週金曜日 9:30~11:30
 だい だい とうようび
 第2、第4土曜日 13:30~15:00

せいめいそんちやうどくしょかい
生命尊重読書会

だい にちようび
 第4日曜日 10:00~12:00

キッズブラス

にちようび
 日曜日 17:00~20:00

けいさい じぎょう きゅうし また じかん へんこう じっし
 掲載している事業を休止、又は時間を変更して実施していることがあります。

くわ かわのえりんぼかん と あ
 詳しくは、川之江隣保館までお問い合わせください。

れんらくさき かわのえりんぼかん
連絡先 川之江隣保館 TEL・FAX 0896-28-6254