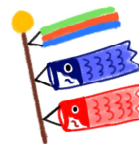


# 精明・双柳地区行政センターだより



No266  
令和8年5月号

精明地区行政センター 小伏保55-1 TEL042-972-2314 FAX 042-972-9804

E-mail: seimei-center@city.hanno.lg.jp

双柳地区行政センター 双柳970-2 TEL042-972-9900 FAX 042-972-9902

E-mail: nami-center@city.hanno.lg.jp

## 市民清掃デーへの協力をお願いします

きれいな飯能市を維持するため、地域の道路や河川、公園などのごみ拾いや草刈りへの協力をお願いします。

**統一実施日：5月17日(日)**

各自治会の都合の良い日に無理のない範囲(～1時間半程度)で実施してください。

※ 詳細は、飯能市ホームページをご覧ください。

問合せ 環境緑水課 電話：973-2125 MAIL: kankyo@city.hanno.lg.jp



## 精明地区春季グラウンド・ゴルフ大会

精明スポーツ協会・精明公民館共催

○日 時 6月7日(日) 受付：8：30 開会式：8：50 プレー開始：9：00

○会 場 双柳小学校校庭

○定 員 100人(先着順) ※参加費無料

○持ち物 タオル、帽子、飲み物、マイクラブ等 ※クラブの貸出あり

○申込み 5月22日(金)までに 精明地区行政センター(公民館)へ  
電 話：972-2314 (受付時間は平日8：30～17：00)

電子申請：右の二次元バーコードから申請(24時間対応)

※ グループ参加の場合は住所・氏名・年齢・生年月日・クラブ貸し出し有無を記入した参加者名簿を提出してください。

問合せ 精明地区行政センター 電話：972-2314 FAX：972-9804 MAIL: seimei-k@city.hanno.lg.jp



↑電子申請↑



## <60歳から介護予防>

### 体力測定会 自分の体力を知り元気に過ごしましょう

○日 時 5月8日(金) 10：00～11：30 (受付9：45～)

○会 場 双柳地区行政センター 集会室

○対 象 市内在住の概ね60歳以上の方

○内 容 ・体力測定 ①握力 ②立ち座り ③TUG 歩行テスト ④足趾力 ⑤体組成計  
・アドバイザーによる測定目的・個別相談

○講 師 作業療法士 花沢 功太 氏

○参 加 費 無料

○持 ち 物 運動のできる室内履き、飲み物

○開 催 地・申 込 飯能市地域包括支援センターさかえ町 電話：971-3172 へ



## 自彊術体操体験教室を開催します

自彊術チアー(双柳地区行政センター利用団体)

自彊術(じきょうじゅつ)は31種類の動作で全身を動かし、心身のバランスを整え、年齢に関係なく、各自の体力に合わせてできる体操です。顔や足のマッサージなど、自分でする療法も学べます。

○日 時 6月6日(土)、20日(土)、27日(土) 10：00～11：30 ※3回とも同一内容です。

○会 場 双柳地区行政センター 和室

○服 装 室内体操のできる服装

○持ち物 バスタオル(正座時敷物として使用します、ヨガマットでも可)、飲み物  
※ 正座がしにくい方の場合、折りたたみイス(踏み台)の持ち込み使用可。

○参加費 無料

○申込み 不要 直接会場へお越しください。

問合せ 自彊術チアー・山中きみ子 042-973-6334



センターだよりに関する申込み・問い合わせは 地区行政センターまで お気軽にどうぞ  
受付時間は土日祝日を除く8時30分から17時15分になります。

# ひまわりストレッチ体験会

(富士見地区行政センター利用団体)

膝、腰、股関節等の痛みやむくみで悩んでいる方！！ストレッチで改善しませんか？

○日 時 5月13日(水)、27日(水) 13:30~15:30 (100分)

○会 場 富士見地区行政センター 和室

○対 象 運動したい女性

○内 容 ・リンパ流し ・筋膜リリース ・ヨガストレッチ ・ストレッチポールで体のバランス確認 ・リラクゼーション

○持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット、(有れば)ストレッチポール

○参加費 無料

○申込み 不要 直接会場へお越しください。



## 飯能市乗合ワゴン運行中です！

どなたでもご利用できます！時刻表などの詳細は、市HPをご確認ください。⇒



↑市HP↑



[令和8年3月の運行実績]

運行便数 精明東：24便 精明西：24便 加治：48便

| 系 統 | 利用者数(人) / 運行日数:10日(月・水・金曜日) |    |    |    |    |    |    |    |     | 便平均(前月比)    |
|-----|-----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|-----|-------------|
|     | 1便                          | 2便 | 3便 | 4便 | 5便 | 6便 | 7便 | 8便 | 計   |             |
| 精明東 | 94                          |    |    |    |    | 59 |    |    | 153 | 6.38(+0.88) |
| 精明西 |                             |    | 71 |    |    |    |    | 48 | 119 | 4.96(+0.46) |
| 加 治 | 73                          |    | 76 |    | 60 |    | 27 |    | 236 | 4.92(△0.33) |
| 全 体 |                             |    |    |    |    |    |    |    | 508 | 5.29(+0.16) |

### ◇運賃(一律料金)◇

- ・大人：200円
- ・子ども(小学生)：100円
- ・未就学児：無料
- ・障害のある方：半額  
※障害者手帳の提示必須

毎週金曜日に精明東地区で「名栗園の移送サービス」が運行中です♪

4便精明西コースから乗り換えが可能ですのでぜひご利用ください。 5月の運行日【1日、8日、15日、22日、29日】

問合せ 都市計画課 電話：978-8162

## こんにちは 浅間保育所です



爽やかな風が吹く5月。保育所のこどもたちは青空の下、元気いっぱい外遊びを楽しんでいます。

園庭には、チューリップやパンジーなどたくさんの花が咲き、てんとう虫やありなどの虫たちも顔を出し始めました。春の自然に囲まれて、こどもたちの元気な声が響き渡っています。

保育所では、地域の親子(就学前)に向けて、園庭を開放しています。日時は毎週月曜日から金曜日(祝日を除く)の9時30分~11時30分です。予約不要ですので、お気軽にお越しください。

問合せ 浅間保育所 電話：973-5101



## 職員の異動がありましたのでお知らせします

《 いままで大変お世話になりました 》

前精明地区行政センター(公民館)

井上 信一 (防災危機管理課へ)

前双柳地区行政センター(公民館)

池田 潤二 (精明地区行政センターへ)

《 これからよろしく願いたします 》

富士見地区行政センター(公民館)

小川 稔 (名栗地区行政センターから)

精明地区行政センター(公民館)

池田 潤二 (双柳地区行政センターから)

双柳地区行政センター(公民館)

町田 真一 (市民会館から)



この行政センターだよりは、自治会の皆様にご協力をいただき回覧しております。