

## 交流センター 2月主な使用予定(1月16日現在)

行事等	開催日		時間	場所			
ヨーガ教室	5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)		19:00	和室			
いきいき100歳体操	5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)		10:00	ホール			
口内鬼剣舞	4日(水)・17日(火)・18日(水)・24日(火)・25日(水)		19:00	ホール			
行事等	開催日	時間	場所	行事等	開催日	時間	場所
ポーリングアート	4日(水)	10:00	会議室 ホール	めぐり夢 総会	10日(火)	11:00	会議室 ホール
民生委員会議	6日(金)	16:30	会議室	生涯学習部会議	9日(月)	19:00	会議室


## ふれあいデイサービス 2月の予定(1月16日現在)

ふれデイ名	開催日	開催時間	血圧	内容
1区 あたご会	10日(火)	9:30~		認知症について：地域包括支援センター展勝地
2区 明神会	4日(水)	13:30~		法話：藤村浩禪
3区 はやま会	26日(木)	9:30~		体操教室：新沼健太(デイサービスさくら爽)
4区 阿古耶会	9日(月)	9:30~		DVD鑑賞：椅子体操
5区 コスモス	20日(金)	13:30~		ひなまつり会
6区 浅間会	12日(木)	14:00~		防犯について：駐在さん
7区 ひばり会	20日(金)	9:00~		3B体操：高橋直子
8区 小池会	お休み			
9区 福寿会	6日(金)	9:30~		人形劇：サークルゆめのたね

## おにまる号 12月の利用者数

口内 → まちなか 「平日毎日」運行  
268人(前年199人) みんなも乗ろう!

まちなか → 口内  
223人(前年175人)



## 口内の人口(12月末現在)

	世帯	人口	男	女
2025年	512	1,188	598	590
2020年	562	1,411	699	712

## 飲酒運転根絶ダルマ運動

12月の検挙者数は **0**人です

※0人だからと安心しないでください。これは検挙者の数です。  
捕まらないから！近くだから大丈夫！と飲んで飲酒運転している人はいませんか！？

飲酒運転ゼロは  
当たり前のこと！

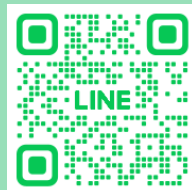


## 口内地区交流センターLINE@への再登録をお願いします！

システム上の不具合によりLINE@を新たに開設しました。  
今まで登録した方はお手数お掛けしますが、右記のQRコードまたはID検索による登録をお願いします。

登録後、氏名等を入力して返信をお願いします。

ID: @680gipjb



# 浮牛城

—口内地区交流センターだより—

ホームページ <http://www.kuchinai.org/>  
E-mail [kuchinai-kc@bz01.plala.or.jp](mailto:kuchinai-kc@bz01.plala.or.jp)



No.7-10

令和8年1月16日

口内町自治協議会  
北上市口内町新町67  
TEL/FAX 69-2001



ひのえうま  
「丙午」60年に一度の「火の馬」の珍しい年！

“最強”の火のエネルギー！

2026年、今年は午年ですね！どんな一年になるのでしょうか？



☆「丙」も「午」も“火”の属性を持ち、情熱・行動力・喧嘩がキーワードで、エネルギーが非常に高く、大きな飛躍や経済の好転が期待されるパワフルな年とされている！

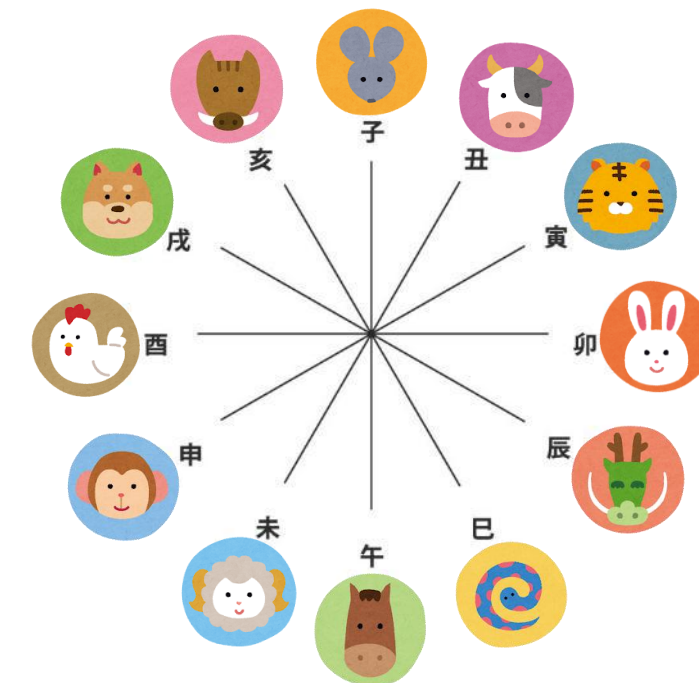
「丙午」の強いエネルギーを活かし、新しい挑戦や前進に最適な時期なそうです！新しく習い事やスポーツを始める・旅行やアウトドアに出かけるなど、小さな目標を立てて日々の生活を大切に過ごしましょう。勢いのある年でもありますから、無理をし過ぎると体調の変化による疲れが出やすい年とも云われています。無理のない範囲で活動しましょう。

馬は「人を運ぶ」象徴でもあります。家族や友人との交流を増やし、運氣も気持ちも安定します。火のエネルギーを味方に、人生を明るく照らす力に変えましょう。

また、「向かい干支」を意識するのもおもしろいです。十二支を円に並べた時に、自分の干支のちょうど真反対に位置する動物のことです。これは自分とは正反対の性質を持ち、足りない部分を補ってくれる「守り干支」とされているとか。今年の午年の守り干支は「子」です。自分の守り干支を知り、その干支のモチーフにしたものを身に着けることで運氣アップにつながるかもしれません！

今年も自治協では、地域住民の皆さまが1年健やかに過ごせますよう、各事業等を行ってまいります。その他、心配事などもお気軽にご相談ください。日々の生活に自治協をご活用ください。

## 自分の「守り干支」は？



## 知れば得する！ スマホ教室

12月19日(金)、町民ら9名が参加。ドコモショップ北上店の阿部さんを講師に「文字入力マスター」「メールをしよう」をテーマに、参加者は「分からない」を共有できる安心感と、和気あいあいとした雰囲気の中、スマホと少し距離が縮まった楽しい時間となりました。

【次回参加者募集中】※今年度最後！

日時：1/23(金)  
10:00~12:00  
テーマ：  
「カメラを使おう」  
「カメラ活用について」



華麗なる花をお正月にも…

## 華道教室

12月26日(金)、今年度最後・年末ということで、お正月飾りをテーマに、町民10名が参加。「お花や葉などに込められた意味を学び、生けることで日本の正月文化の奥深さを知る」と、新しい年の始まりにふさわしい生け花となりました。お花を通して今年1年、皆様にとって「はなまる」な1年でありますように。一年発起しよう！



## クリスマス会 ～いち・にい・サンタ～

12月25日(木)いきいき100歳体操メンバーでクリスマス会を開催。いつもの体操の後に、クイズ大会などを楽しみました。「今年も1年体操をがんばりました」ということで、サンタさんからプレゼントもいただき、茶話会も盛り上がっていましたよ。



## 投げて！狙って！みんな笑顔★ モルック体験

1月10日(土)室内モルック体験を行い、町民13名が参加し、4チームに分かれ行いました。点数を数えあったり、どう投げるか考えたり、自然と頭も体も動かし楽しむ事が出来ました。モルックはフィンランド生まれのスポーツ。木の棒を投げ、数字の書かれたピンを倒し、ちょうど50点を目指すとても簡単なスポーツです。今年度、スポーツ振興部では室内・室外用として購入したので、家族と！お友達と！ふれディでも！いつでも利用する事が可能です。モルックを通して運動不足の解消や脳トレを試してみませんか？



## ポーリングアート

申込締切：1月26日(月)まで

日時：2月4日(水)  
10:00~

参加費：2,000円  
持ち物等：汚れてもいい服装  
講師：小田島 玲佳さん



ポーリングアートとは…

アクリル絵の具をキャンバスに流し込んで、偶然できる幻想的な模様を作るアート技法です！筆を使わず、絵の具の流れや混ざり具合を楽しめるのが特徴で、偶然が生み出す模様はまさに“世界に一つだけのアート”。絵が苦手な方でも、コツをつかめば驚くほど綺麗な作品が完成します！

誰でも簡単に出来ますよ！！

## ◇ 自治協事業 参加募集 ◇

### くちない水引サークル

申込締切：2月6日(金)まで

今回は、計3回で完成となります。

日時：1回目 2月18日(水) 13:30~  
2回目 3月18日(水) 13:30~  
3回目 4月15日(水) 13:30~

内容：ブーケ(お花6本・葉っぱ5枚)  
参加費：全て参加で3,000円(参加料+材料費)  
※1回目に徴収します。

講師：千田公子さん(九年橋在住)

写真はイメージです



### くちない昔語り

～昭和、大正、明治～タイムスリップ～

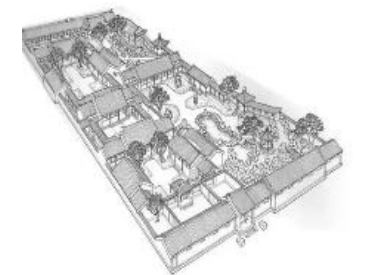
申込締切：2月27日(金)まで

日時：3月2日(月) 14:00~15:30

テーマ：今と昔の住宅地図(人家分布図)について

対象：誰でも参加OK!

ちょっとしたおやつと共にみなさんで語りませんか？おらいの家昔〇〇だった～など些細な事でも語りましょう！



### お彼岸まんじゅう作り

申込締切：2月27日(金)まで

～彼岸団子を作るの悲願の方、大募集～

日時：3月7日(土) 10:00~12:00頃

参加料：500円

※1区内海サチ子さんのレシピを基に製作します。

持ち物：エプロン・三角巾

※完成後試食しながらみなさんでお茶っこ飲みをします。

お彼岸が近くなってきました！みなさんでお彼岸まんじゅうを作りませんか？



□内町民俗芸能保存会からのお知らせ

### 「鬼よ燃えろ冬のみちのく芸能まつり」

～みなさん観にいきませんか？～

日時：令和8年2月1日(日) 申込締切：1月27日(火)まで

日程：12:30 交流センター 集合・出発

～バスを利用してさくらホールに移動し、  
第2部(13:00~)より鑑賞をします～

16:50 さくらホール 出発

17:10 交流センター 到着・解散

会費：大人1,000円・小学生・幼児500円 定員30名

その他：□内町民俗芸能団体に加入している方は各代表者が取りまとめているので参加される場合はそちらへお願いします。

・今年は「遠野市綾織獅子踊り」「紫波町山屋の田植え踊り」「盛岡市三本柳さんさ踊り」が出演します！

県内の民俗芸能が観られますよ！！この機会に是非ご参加下さい★

