

# 回覧

組

令和8年3月吉日

上条町内会  
コミュニティ推進部

## 令和8年度いきいき健康づくり体操会（エアロビクス） 参加者募集

令和8年度も下記の通り「いきいき健康づくり体操会（エアロビクス）」を開催いたします。

運動不足が気になる方、年を重ねても元気に動ける体を維持したい方…音楽に合わせて体を動かし、心地よい汗をかいてみませんか？

毎週参加できなくても大丈夫。それぞれの体調に合わせてできる、楽しい運動です。

ご興味のある方、是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

### 記

**日時：毎週金曜日午後8時～9時頃**

**場所：上条公園（雨天中止）11月～2月は上条公民館**

**会費：無料**

**その他：動きやすい服装、タオルなど持参でお越しく下さい。**



参加希望の方は下記にお名前、ご連絡先のご記入をお願いします。

組	お名前	ご連絡先	組	お名前	ご連絡先

現在参加している方もご記入ください

# 回覧

組

令和8年3月吉日  
上条町内会  
コミュニティ推進部

## 令和8年度らく楽体操教室 参加者募集

「らく楽体操教室（筋力運動教室）」に参加してみませんか。セラバンド（ゴムのバンド）を使って楽しく、体を動かします。  
高齢になると筋力の低下により段差でつまずいたり、転んだりするリスクが高くなります。ちょっとした運動で健康寿命を延ばしましょう。  
ご興味のある方、是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

### 記

日時：毎月第2・第4木曜日午前9時30分～ 11時

場所：上条公民館

会費：1回200円 当日集金

その他：体操のできる服装で  
タオル、水筒等持参ください



参加希望の方は下記にお名前、ご連絡先のご記入をお願いします。

組	お名前	ご連絡先	組	お名前	ご連絡先

現在参加している方もご記入ください

# 回覧

組

令和8年3月吉日

上条町内会  
コミュニティ推進部

## 令和8年度上条サロン 参加者募集

上条町内の皆様方には自治会活動にご協力、ご理解を頂きありがとうございます。

上条町内会では、皆様の交流と憩いの場として、月1回上条サロンを開催しています。軽い体操、歌、お茶タイム、季節感のある作品制作などの他、講師の方を招いての講演会なども年2回おこなっています。

是非ご参加いただきますよう、ご案内申し上げます



### 記

日時：毎月第3水曜日 午前9時～11時頃

第1回開催日は 令和8年4月15日

場所：上条公民館

会費：1回 200円 当日集金

参加ご希望の方は下記に記入をお願いいたします。

※現在上条サロンにご参加いただいている方もご記入をお願いいたします。

組	お名前	ご連絡先	組	お名前	ご連絡先

# 回 覧

2026年3月

上条町内会の皆さま

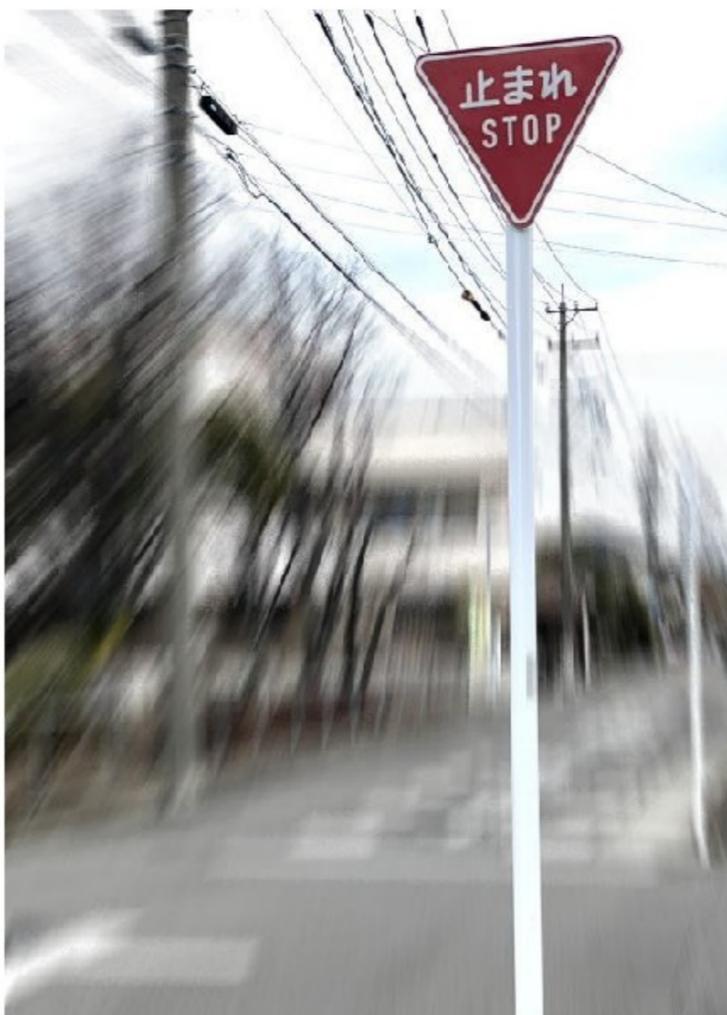
上条町内会 広報部

## 「一時停止」設置のお知らせ

平素は、町内会活動にご協力をいただき、ありがとうございます。

この度、上条公園の南西交差点の東西の道に、一時停止の道路標識及び道路標示（路面標示）が新たに設置されました。

これまで一時停止が無かった交差点ですので、車両（自転車も）で通行の際は、間違えず、必ず一時停止をお願いいたします。



この場所は、以前より交通事故が多く発生しておりましたので、皆さまの安全を守るための大切な取り組みです。

皆さまが安心して通行できるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。  
また、一時停止に気づかない車両もございますので、歩行者の方は、一時停止が設置されたからと安心せず、まわりを見て、安全が確認できてからお渡りください。

組

# \* 会員募集中 \*

## 上条ボランティアクラブ「オアシス」

年齢は問いません。誰でも加入できます！ 年会費：1000円

信条：無償の活動で、無限の喜びと誇りを持って、無理のない奉仕を続けよう。

行動方針：やれる人が、やれる時に、やれることをやろう。

### 昨年の主な活動



☆上条地区「防犯・夜警パトロール」  
(毎月第2・4金曜日)

☆オアシス感謝祭  
(もちつき、芋煮、ゲームなど)

☆資源回収  
(毎月 第2土曜日 9:00~)

☆ 上条町内会・寿会と協力した活動

上条サロン・盆踊り・いこまいか教室

ふれあい いきいきサロンなど

☆ 主に地域活動を中心に行なっています

※政治・宗教等一切関係ありません。

入会希望者は下記に氏名を記入願います。

氏名	住所	連絡先
	上条	
	上条	
	上条	