

T 公民館だより Toyosato

豊里コミュニティ推進協議会

豊里公民館広報

8 月号

平成28年8月1日発行



シニアいきいきセミナー移動研修

健康の秘訣を学ぶ



7月1日(金)、シニアいきいきセミナー第2回学習会を開催しました。

今回の学習会は、豊里いきいき元気講座との合同で、24名の皆さんが参加し、仙台への移動研修です。

研修会場は、今年も宮城県婦人会館で、「今日から

始める健腸生活」という研修テーマで講師の片岡恵先生の講話をいただきました。

内容は、腸の働きについてで、腸にはからだ全体にある免疫細胞の半数以上が集中しているため、生きものの健康に重大な役割を担っているとのこと。それ故に

腸の調子を整え、腸内の善玉菌を増やすことの大切さを学びました。また、そのための腸のケアや善玉菌のエサとなる食物繊維の採り方、生きたまま腸に達する乳酸菌のことなどを詳しく教えていただき、とてもためになる講座でした。

その後、多賀城跡あやめ園に見学しました。見頃はやや過ぎていましたが、美しいあやめの数々と、あでやかなあじさいを満喫しました。



みごとに咲きほころぶ多賀城跡あやめ園

多賀城跡あやめ園

特別史跡「多賀城跡」の一角に位置し、約21,000㎡の敷地に650種、300万本のあやめ、花菖蒲が植えられている。毎年6月下旬から7月上旬にあやめ祭りが開催される。

生花の二種生けに取り組む

～第2回いけばな教室開催～



7月14日、平筒沼農村文化自然学習館において、11名の方々が参加し第2回いけばな教室を開催しました。

今回のテーマは、「生花」の『二種生け』で、ななかまどとトルコキキョウ、なつはぜとトルコキキョウの二種類の花材を使って、生花に取り組みました。

生花(しょうか)は、大地に根を付けて生い立つ草花がみせる生命の力を表現します。自由花と違って、色々な約束事があり、難しさもあります。今回の二種生けは、真・副・体の三つの役枝とそれぞれの補足になるあしらいを入れて一瓶を整えます。

受講生の皆さんは、それぞれに工夫して取り組み、枝をそのまま活かした素晴らしい作品に仕上がりました。

講師の高橋先生によると、基本さえ押さえれば、身近な花で一種生けの生花風の楽しみ方ができるとのことでした。



素晴らしい作品に仕上がった二種生け

交流事業

グラウンドゴルフ
カフェサロン

大好評

7月21日(木)、平筒沼学習館において、31名が参加し、午前はグラウンドゴルフ大会、午後はカフェサロンとして歌声喫茶の集いを開催しました。



この事業は、地域づくり事業の一環として、地域や世代間交流の場を設定し、地域づくり委員と各地域の町内会長を中心に一般の方々と交えて実施したものです。

グラウンドゴルフは、和気

あい々の大変良い雰囲気のもとでのプレーでした。

午後からは本格コーヒーを楽しみながら、カチューシャ安田氏のアコーディオンの伴奏で、懐かしい唱歌やロシア民謡などを大合唱

して歌声喫茶の楽しい雰囲気に浸りました。

参加者からは、みんなで一つの歌を合唱するので、ストレス発散に最適と大好評でした。



ナイスショット!!

ターゲットバードゴルフ
グラウンドゴルフ ユニカール

～ふるさとスポーツ祭豊里地区大会開催～

前月のソフトボール、ビニールバレーボール競技の第2弾となる本大会は、7月24日(日)午前9時から豊里運動公園、多目的広場、公民館大ホールを会場にグラウンドゴルフ、ターゲットバードゴルフ、ユニカールの3種目が開催され、それぞれ白熱した競技が展開されました。



グラウンドゴルフの部

グラウンドゴルフの部は、豊里運動公園を会場に18チームが参加して熱い戦いが展開されました。

涼風が吹く絶好の競技日和のなか、好プレーが続出。手堅くまとめた仲町チーム

が優勝し、登米大会への出場権を獲得しました。

ターゲットバードゴルフの部

ターゲットバードゴルフの部は、多目的広場(公民館隣)を会場に9チームが参加し、日頃の技を競いました。



各チームとも実力伯仲し、好プレーの応酬で競り合いましたが、実績ある西二ツ屋チームが優勝しました。

ユニカールの部

ユニカールの部は公民館

大ホールを会場に6チームが出場。珍プレー続出で笑顔いっぱいの競技でした。

準決勝では、十五貫同士と加々巻同士の対戦となる珍事が発生。勝ち抜いた両地区の決戦となり、十五貫Aチームが優勝しました。



ふるさとスポーツ祭 豊里地区大会の結果

順位	ターゲットバードゴルフ	グラウンドゴルフ	ユニカール
優勝	西二ツ屋	仲 町	十五貫 A
準優勝	仲 町 A	保 手	加々巻 B
第3位	仲 町 B	横 町 A	加々巻 A
第3位	—	—	十五貫 B

ワンプレートで、簡単・おしゃれに

～28年度料理教室を開講～



28年度の料理教室を開講しました。

本年度も講師を栄養士の田島久美子先生(中田町)にお願いし、全5回、来年3月まで実施する予定です。

第1回の7月21日は、16名の皆さんが参加し、多目的研修センター調理室において、暑い夏に負けない4品の栄養メニューに取り組みました。

今回は、初回ということもあり、軽量スプーンとカップの重量の説明を受けた後、鶏肉の玉ネギソースを主菜に、ツナマヨサラダや中華風和えもの、蒸しパンなど、多彩な料理に挑戦しました。

テーマが「ワンプレートでおしゃれに」ということで、簡単料理ながらカフェ風の彩りもきれいな仕上がりとなりました。

編集後記

7月21日、平筒沼学習館において実施したグラウンドゴルフ大会とカフェサロン(歌声喫茶)。大変盛り上がりました。参加いただい

た皆さん、ご協力ありがとうございました。今後もこうした交流事業を充実していきたいと思っています。

8月は夏祭り本番です。皆さんのご協力をお願いいたします。(佐々木)

夏祭り本番

8/7 YOSAKOI&ねぶた

8/13 コミュニティ夏祭り

お誘い合わせのうえ ご参加ください

8月は夏祭り本番となります。

8月7日(日)は、『2016 YOSAKOI&ねぶたinとよさと』が豊里駅前大通りを中心に開催され、よさこいは県内外から40チーム、総勢1,000人の踊り手たちが結集し、町内13団体のねぶたを加えて、賑やかな一大イベントとなります。

また、8月13日(土)には、地域づくり事業として、豊里コミュニティ推進協議会主催『とよさと夏祭り 2016』を公民館前駐車場で開催します。この催しは豊里風太鼓、華幻のよさこい演舞、ちんどんショー、盆踊り大会や、軽トラ市での農産物販売やフリーマーケットなども出店予定です。

YOSAKOI&ねぶた、コミュニティ夏祭りともに、皆さんのご参加で盛り上がります。どうぞご参加ください。

8月の公民館行事

月 日	行 事 内 容	場 所
8月7日(日)	YOSAKOI&ねぶたinとよさと	陸前豊里駅前通り
8月11日(木)	キッズ花山合宿	花山少年自然の家
8月13日(土)	コミュニティ夏祭り 軽トラ市	公民館駐車場