

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

10月号

平成28年10月1日発行

豊里地区市民大運動会を開催 汗を流して親密交流



9月4日(日)、平成28年度豊里地区市民大運動会を盛大に開催しました。

このイベントは、豊里コミュニティ推進協議会の主催事業としては、初めての市民大運動会となります。

当日は曇りの天候ながら、時折薄日がさす絶好の運動会日和となりました。会場は、町内全20地区が参加し、和やかな雰囲気の中にも真剣に競技に挑み、地区対抗8種目に熱戦が展開されました。

参加の皆さんは、心地よい汗をかくことで、健康・体力づくりへの意識高揚はもちろん、地区市民相互に交流を密にし、大いに親睦を深めました。



「ゴールをめざせ」(幼稚園児)



「親子でデカパン」(保育園児)



入りそうで入らない...
「背伸びの運動」



ついあわててしまう「上手に運んで」



意外に難しい 新種目「落ち穂拾い」



渾身の力「おらほの力自慢」



息もピッタリ「力を合わせて」



接戦!!「協同の輪」

ときめきキッズ 第2回学習会

清涼飲料水工場と七ヶ宿ダムを見学

8月23日、ときめきキッズ第2回学習会が行われました。

この学習会は、豊里教育



開会の挨拶をする
阿部 洋一 大会長
(豊里コミュニティ推進協議会長)



祝辞を述べる
布施 孝尚 市長



力強く選手宣誓をする
佐藤晋悦 選手(横町)



韋駄天選手が勢揃い 地区対抗リレー(女子 左と男子 右)



下町地区が総合優勝

8種目の得点競技で満遍なく高得点を獲得し、地区対抗リレーでも男女アベック優勝を果たした下町地区が総合優勝を飾りました。



なお、成績は次のとおり。

総合	優勝	準優勝	第3位
	下町	浦軒	上町
地区対抗リレー	優勝	準優勝	第3位
	男 下町	上町	加々峯
	女 下町	大曲	庚申



コカコーラ蔵王工場

普段、見る機会の少ない二つの施設見学。子どもたちは、とても勉強になった様子でした。



ダムの内部の地下道

事務所が主催(公民館共催)し、今回は仙台コカコーラ蔵王工場と七ヶ宿ダムの見学を実施しました。

工場ではペットボトルや缶製品の製造工程を学び、午後からは雄大な七ヶ宿ダムの施設等の説明を受けました。

シニアいきいきセミナー 第3回学習会 オイル使ってリンパケア



9月15日(木)、公民館柔道場において、シニアいきいきセミナー第3回学習会を開催しました。

今回のセミナーも仙台市在住の藤原寛子先生をお迎えし、登米市主催の「いき

いき元気講座」との合同により、31名が参加して行われました。

リンパケア体操に先立ち、リンパの役割について、細胞内の老廃物等の排泄や、体の内部環境を整える免疫

形成という2つの機能や全身のリンパ節の分布について、わかりやすく説明を受けました。

リンパケア体操では、最初にリンパ節をほぐす運動を行い、そのあとラベンダーや柑橘類の入ったエッセンシャルオイルを使い、脚のリンパの流れを促すなど、様々な動きのエクササイズを実行しました。



初めにリンパの役割の説明を聞く

参加者の皆さん全員が心地よい汗をかき、皆さん一様に「気持ちよかった」、「体が軽くなった」など、大好評のセミナーでした。

夏野菜を使った6品に挑戦

～第2回料理教室 楽しく開催～



9月16日(金)、多目的研修センター調理室において、田島久美子先生(中田町)の指導のもと第2回料理教室を開催しました。

今回は、受講生皆さんの要望で、なすやきゅうり、オクラ、かぼちゃなどの夏野菜を使った5品とデザートに取り組みました。

メニューは、①なすとさばの水煮のチーズしぎ焼き②蒸しなすの酢の物③きゅうりともやしの炒め物④オクラソースの豆腐サラダ⑤鶏肉のかぼちゃロール⑥冷

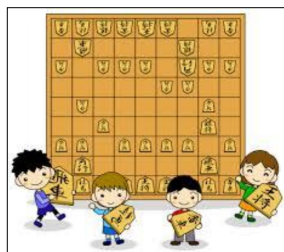
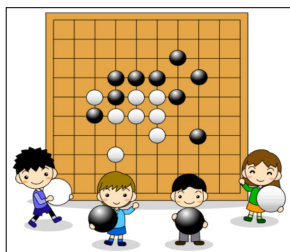
たい抹茶寒天しるこの6品で、盛り沢山の食材にもかかわらず手早く調理が進められ、おいしそうな6品全てが時間内に完成しました。

今回の夏野菜を使ったメニューはどれもが好評で、チーズを使った1品は「子どもにも良さそう」との声が聞かれました。



大好評の夏野菜メニューが完成

囲碁 将棋サークル開設のお知らせ



囲碁や将棋が趣味の方、囲碁や将棋に興味がある方、
お仲間をつくりませんか？

公民館では、囲碁や将棋に興味がある方を対象に、「囲碁サークル」と「将棋サークル」を開設し、加入者を募集します。

同じ趣味を持つ『お仲間』をつくりませんか。入会金や会費はありません。年齢も問いません。初心者大歓迎です。

サークルでは、今後、囲碁や将棋の勉強会、対局、大会などを開催していきます。

ご希望の方は、別途配布の申込書(公民館にも用意してあります)に記入のうえ、公民館にご持参ください。

10月の公民館行事

月 日	行 事 内 容	場 所
10月3日(月)	第3回女性セミナー	公民館中ホール
10月4日(火)	第4回シニアセミナー	公民館中ホール
10月6日(木)	いけばな教室	平簡沼学習館
10月16日(日)	第29回登山のつどい	大崎市鬼首 禿山
10月25日(火)	カフェサロン歌声喫茶	多目的研修センター
10月28日(金)	市民文化祭(30日 芸能発表会)	公民館大ホールほか
10月29日(土)	軽トラ市(JA収穫祭と合同)	JA豊里支店

編集後記

秋分の日も過ぎ、だいぶ涼になりました。

心配された天候も回復し、大変良いコンディションの中で、豊里地区市民大運動会も無事終了しました。

昨年は、雨で中止になったこともあり、ひとまずほっとしているところです。

ご協力いただいた実行委員会の皆様をはじめ、各町内会、ボランティア、ジュニアリーダーの皆様方に心から感謝申し上げます。(佐々木)