

T公民館だより

byosato No.93

豊里公民館広報

令和3年1月1日発行

1 月号



スマホで簡単に検索
公民館ホームページ

豊里公民館

新生活様式に合った活動へ



豊里コミュニティ推進協議会
会長 佐々木 信義



新年明けましておめでとございます。

令和三年の新春を迎え、謹んで新年のごあいさつを申し上げますとともに、日ごろから

豊里コミュニティ推進協議会に対する皆様の温かいご支援とご協力に、感謝申し上げます。

本協議会は、平成25年度に登米市から豊里公民館・多目的研修センター・平沼沼農村文化自然学習館の指定管理を受諾し、施設の管理運営等を行い、今年で九年目を迎えます。その間、さまざまな生涯学習活動や地域づくり活動を通じ、皆様とのつながりを深めてまいりました。

本年度は、第二次豊里地域づくり計画に基づき「ずっと住みたいまち・みんなの豊里」を基本理念に事業をスタートし、より魅力ある活動を目指していましたが、新型コロナウイルス感染症防止対策により、各種イベントや事業を自粛・中止せざるを得ない状況となりました。しかしながら、コロナ禍での新生活様式に合った運営・事業展開への知恵や斬新なアイデアも生まれ、これまでとは一味違う事業の誕生の年だったと思っています。

本協議会は、「人と人のつながり」を大切に、皆様とともに安全・

安心に暮らせる住み良いまちづくりを目指しています。その目的に向かい、当協議会役員・職員ともにより一層鋭意努力する所存ですので、どうか本年もご支援・ご協力を賜りますようお願いいたします。

皆様のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。

昨年中はご協力ありがとうございました
本年もよろしくお願い申し上げます

豊里コミュニティ推進協議会

会長 佐々木 信義
副会長 千葉 正一
副会長 佐々木 伸雄
役員、地域づくり委員一同

館長 伊藤 敏
事務員 遠藤 史
事務員 勝倉 菜津子
事務員 遠藤 早苗
集落支援員 石川 清

しっかりガードしながら

将棋サークルの集い

史上最年少でプロ棋士となり、無敗のまま公式戦29連勝を樹立。最年少一般棋戦優勝・タイトル獲得など、数々の名勝負を続けている将棋界のプリンスといえば、だれでも知っ



ている藤井聡太さんですが、この影響を受けて、将棋にハマっている—という人も多いのではないのでしょうか。

公民館でも毎月、藤井プロにも負けないような将棋と囲碁の対局が、和やかな中でも時には熱く繰り広げられています【写真】。

今やウィズコロナの社会にあり、十分に手指消毒をして、検温をし、少々窮屈なところもありますが、マスク・フェイスシールドを着用して、しっかりと感染防御をしながら対

局に臨んでいるところです。

日本生産性本部の調査によると、将棋の参加人口は680万人を数え、バトミントンや登山、ゴルフなどに肩を並べる位置にあるようですが、比較的年齢層が高いようでもあり、若い皆さんへの広がりにも期待したいものです。

みんなで楽しく将棋をしよう♪

次の開催日は、
公民館だよりで
お知らせします

初心者
大歓迎

健康の鍵は「口から食べる」

シニアいきいきセミナー第4回学習会

体操のほか、ウォーキング
もおススメです



この50年の間に男女とも平均寿命が80歳以上となりました。健康な体を維持し、活動することができる健康寿命と平均寿命の差は、男性が9年、女性は12年だそうです。

今回のセミナーでは「人生100年時代を生きる」と題し、健康寿命を延ばす鍵を榊明治の阿部裕子先生に教わりました。

まずは「食べること」。口

から食べると脳が刺激され、全身を活性化させます。特に

シニア世代はエネルギーとなる炭水化物や糖質、たんぱく質などを意識してとることが重要です。

また、元気に口から食べるためには、「口腔ケア」や「のどの運動」そして「全身運動」も食べる力の維持・向上には大切なことから、講座では全身運動を行いました。難しいポーズやユニークな動きに、皆さん楽しく身体を動かされたようでした。

とよさとタウンカフェ

一緒におしゃべりをしよう

対象: 豊里地域在住・勤務・出身の若者(概ね20代~40代)

日ごろ会えない若い世代同士、いろいろなことを語り合しましょう

問合せ先: 豊里公民館 76-2237
次回の開催日は、公民館だより等でお知らせします。



寄せ植えでかわいさ倍增



ぷっくりとした形がかわいらしく、とてもたくさんの種類がある多肉植物。個体でも楽しめますが、数種類を組み



それぞれが引き立った、個性的な作品(上)

寒さ対策についても、しっかり教わりました(左)

合わせて植えることで、かわいらしさが倍增します。

今回は土曜日開催のため、平日仕事で忙しい人などの参加もあり、12人が講師の日野

一樹先生(横町)に、コツを教わりながら、多肉植物の寄せ植えに取り組みました。

同じ種類のものでも色や形がさまざまで、皆さん吟味しながら好みの苗を選びます。鉢に植え込む際には、配置やバランスを考えながら、集中して作業していました。

作品完成後には、お互いに鑑賞し合ったり、多肉植物について詳しく先生に相談したりと話が弾み、笑顔あふれる楽しい時間となったようです。

コロナ対策しっかりしてまた会いましょう

新型コロナウイルスが感染拡大していることから、公民館事業は今のところ開催を見合わせています。

また公民館事業を楽しんでいくためにも、皆さんと気を付けることは、まずは次の3つ。

①マスクの着用②手洗い・消毒の徹底③最低1m以上のソーシャルディスタンス、そして3密(密集・密閉・密接)を避けることですね。みんなで対策をしっかり続けましょう。