

ちるるわ

発行元
〒029-0431
大東町猿沢字板倉 57-1
猿沢市民センター
TEL 0191-76-2220
FAX 0191-48-3366

受講生募集中

★樹木剪定講座

冬に備えた樹木の剪定とお手入れについて学習します。

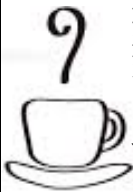
日時：10月29日(木) 9時～12時
場所：農村環境改善センター
講師：及川 昭一 氏
内容：冬に備えた樹木の切り方など実技



★陶芸教室 (全3回コース)

コーヒーカップをつくりまします。楽しく「陶芸」を学ぶ初心者向けの講座です。

①10月27日(火) 会場・時間はすべて同じ
②11月4日(水) ・農村環境改善センター
③11月11日(水) ・9時30分～11時30分
場所：農村環境改善センター
講師：熊谷 繁弘 氏
材料費：1,000円



詳細はチラシをご覧ください

★ポールウォーキング教室

第2回 10月30日(金)
第3回 11月27日(金)
※第1回目の講座にお申込みの方は、お申込みの必要はありません。

スマホを子どもに見せるとどう

どんな影響があるの?!

「家庭教育学級」

今年度第1回目となる、家庭教育学級(猿沢保育園共催)を開催予定です。
スマホやSNS時代の子育てについて学習します。ぜひ、ご参加ください。



菅原章さん、百合子さん
沼倉裕子さんに
伝承交流館裏の草刈りを
していただきました。
ありがとうございました。

もしもの時のために

保育園・小学校・市民センター合同避難訓練



しっかり避難できました



真剣なムードで訓練

9月15日(火)、猿沢保育園・猿沢小学校・猿沢市民センターの合同避難訓練を行いました。

災害が発生した時の猿沢の指定避難場所は、大東農村環境改善センターと、猿沢伝承交流館になっています。もしもの時に備え、地区民の皆さんも、ご家族で災害時の対策を確認してみてはいかがでしょうか。

作品展示コーナー ＝鈴木亜矢子さん＝

先月から設置しております、改善センターロビーの作品展示コーナーに鈴木亜矢子さん(猿沢出身)が作品を展示してくださいました。
ぜひ、ご覧ください。
鈴木さんの作品展示は10月30日まで。



ロビー展示 予告

手づくり村

作品展示

「手づくり村」のみなさんの作品が改善センターロビーに展示される予定です。ぜひ、お越しください。
展示期間は10月26日(月)～10月30日(金)まで。

受講生の歩き姿勢と歩幅が改善しました

9月25日(金)に第1回目のポールウォーキング教室を開催しました。(大東支所保健福祉課 共催事業)

講座では、ウォーキングについてのO×クイズや、歩幅と認知症の関係性を学習しました。ポールウォーキングの前に普段の歩幅測定を行い、ポールウォーキングで正しい姿勢で歩いたあと、もう一度歩幅測定をしたところ、なんと多くの受講生の姿勢が良くなり、その結果、歩幅が広がるという結果がでました。受講生のみならず、お疲れ様でした！

講座で行ったO×クイズ、皆さんも挑戦してみてください。

【ウォーキングのO×クイズ】

- ① 30分続けて歩くと、10分×3回歩いた場合とでは、効果は同じである。
 - ② 歩けば歩くほど健康になれる。
 - ③ 歩幅が狭くなると、認知症のリスクが高まる。
- 答えは、童謡のコーナーに載せています。



背筋が伸びた美しい姿勢で歩く受講生



健康運動指導士の佐藤恵先生

次回は、10月30日(金) 13:30から行います。次回から受講を希望される方は、猿沢市民センターにお申込みください。

小学生の住んでみたい町、乗ってみたい車、残したい故郷

9月24日(木)放課後子ども教室の子どもたちが、住んでみたい町や、乗ってみたい車、残したい故郷の風景や名物について親子で考え、絵画としてまとめました。

低学年は、住んでみたい町や、乗ってみたい乗り物がテーマ。虹色のバスや、にこにこの笑顔の町など、どれも明るく、想像力豊かな作品ばかり。

高学年は「私の自慢のまち 一関」をテーマとし、制作した作品のなかには、猿沢羊羹や、猿沢川など、「猿沢」を題材にした作品も多くありました。猿沢の良さが子どもたちにしっかりと伝わっていますね。

制作した絵画は、「わたしたちのふるさと」「一関」絵画「コンクール」と「車」に描く未来のまちづくり絵画「コンクール」へ出品します。



画用紙いっぱい絵を描く子どもたち

社会教育団体の紹介⑤

フラダンス同好会

◆活動のきっかけ

復活第1回目の猿沢秋祭りでは、フラダンスが披露され、その魅力に惹きつけられた、当時観客として会場にいた吉田佐智子さん。「猿沢でもフラダンスをやってみたらどうか」と発案。たかさんの仲間が集まり、結成。以来13年間、地域のみなさんに愛されてきた。

◆今後の抱負

「今年はコロナの影響で発表の場がなくなってしまったけれど、地区を超えて、観てくれるみなさんに喜んでもらえるようなフラダンスサークルに成長していきたい。」



新設

今月の花言葉 ♀ コスモス 【秋桜】
乙女心・純情・まごころ・愛情

童謡・唱歌で想い出をたどる



夕焼小焼

夕焼小焼で 日が暮れて
山のお寺の 鐘が鳴る
おでて こないで
皆かえろ からすと
一緒に帰りましょう



O×クイズ答え
①O ②× ③O