

城下町

令和3年(2021)

12月 2日号 - NO463

内容：各種事業報告

新春書き初め会について

各種お知らせ

◇発行／街地区生涯教育センター

住所：金ヶ崎町西根北江甫53

電話：42-3608

てくてくウォークチャレンジ調健誌

5月6日(木)～11月30日(火)の約7か月間街地区センターグラウンドを周回することでポイントを貯める「てくてくウォークチャレンジ」を行いました。期間中たくさんの方々グラウンドを周回し、参加された方々の総距離は期間中約 2,535km。これは、北海道の小樽市から沖縄県宮古島までの直線距離に相当します。歩くことは健康だけではなく認知症予防にもつながります。事業自体は終わりましたが、意識して歩くことを続けてみて頂ければと思います。

ミニ菊花展

11月2日(火)～11月12日(金)街地区センター玄関前でミニ菊花展を開催しました。出展者は、高橋健一郎氏(檀原)、柳美代子氏(荒巻)、菅原豊志氏(町下)の3名で丹精込めて育てられた素晴らしい菊(計29鉢)を展示させていただきました。来館された方々から「素晴らしいね」「綺麗ですね」等お声があり、皆さん喜んで頂きました。

出展して頂いた皆さん、ありがとうございました。



新春書き初め会について

街地区センター年明け最初の事業となる「新春書き初め会」を下記のとおり行います。書き初めとは、年が明けて初めて毛筆で文字や絵をかくことを言います。心新たに新年をスタートさせましょう。

日時	令和4年 1月 6日(木) 10:00～12:00
場所	街地区生涯教育センター 多目的室
内容	課題による書き初め
講師	菅原 祐子氏
課題	未就学児 「いちご」、低学年「白いくも」、中学年「すんだ空」、 高学年「春待つ心」、中学生「輝く明日」、一般「花咲く大地」
対象	街地区住民
定員	なし
持ち物	習字道具一式、汚れてもいい服装
申込み	12月24日(金)までに街地区センター(☎42-3608)へ申し込みのこと
その他	来館時はマスク着用をお願いします。 半紙はこちらで準備します。 清書した1枚は、センターホールにて掲示させていただきますので ご了承ください。



新聞記者倶楽部 新聞完成

街地区・南方地区生涯教育センター主催で小学生を対象に行った「新聞記者倶楽部」が無事に終了しました。当初夏休み中を予定していた同事業は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により延期していましたが、十月十八日(月)・十月二十八日(木)小学校の振替休みや午前授業の日を使い、取材・記事の執筆・原稿チェック・記事に載せる写真選定を行いました。この記事は胆江日日新聞十一月二十八日(日)に掲載されました。ご覧になっていない方は、街地区センターロビーに展示しておりますので、是非ご覧になってください。



日報駅伝 結果

11月23日(火)に行われた日報駅伝ですが、金ヶ崎町チームは見事5位入賞でした。選手の皆さん雨の中お疲れ様でした。来年も楽しみにしています。

第19回町長杯GG交流大会 結果

10月29日(金)

場所: 森山運動公園

優勝	堀内	一雄 (諏訪小路)	58	打
準優勝	宮館	正行 (西部)	60	打
第3位	田口	房男 (三ヶ尻)	60	打
※準優勝と第3位は内容差による				

新年交賀祭について

街地区自治会連合会では、毎年恒例の行事となりました「新年交賀祭」を下記のとおり開催致します。どなたでも参加できますので、ご家族お揃いでお出かけ下さい。お越しになられる際は、マスク着用をお願い致します。

日時	令和4年1月1日(土・祝) 午前9時～
場所	金ヶ崎神社
内容	年頭祈願・挨拶

年末年始について

今年も残すところ1ヶ月を切りました。街地区の皆様には、コロナ禍でもセンター事業に対しましてご支援・ご協力を頂き、誠にありがとうございました。来年も変わらぬご支援・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

少し早いですが、年末の挨拶とさせていただきます。

なお、街地区センターは12月29日(水)～

1月3日(月)まで

閉館となります。

冬場の運動不足について

寒い日が続いていますね。雪が降ったり気温が低い日は、なかなか外を歩いたり体を動かしたりするのが難しくなります。家の中でも簡単に行える冬の運動不足解消の1つとして、「足踏み」をオススメします!! テレビを見ながらでもOK! 背筋を伸ばし、脚をなるべく高く上げ、腕を大きく振ってその場で足踏みをするだけ! これだけで、歩くことと同じ効果があり、血行もよくなり体が温まります。

15cm程度の足踏みできる台がある方は、①踏み台に右足を乗せる②左足も乗せて踏み台の上に乗すぐ立つ③右足を下ろす④左足も下ろして両足を揃える。最初の姿勢に戻ったら今度は左足から台に乗せ左足から下ろす。これを左右交互にゆっくり無理のないペースで行いましょう。足踏み台を利用する場合は、ふらついて転倒しないよう十分注意しましょう。

