

南部地区公民館だより

【第120号】令和4年9月30日発行
上山市南部地区公民館 上山市河崎一丁目1-23
TEL・FAX 673-7255 nanbu-1@honey.ocn.ne.jp



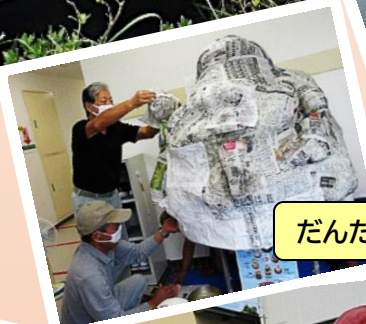
大黒天



コロナ収束祈願
打ち出の小槌に
願いを込めて



資源を大切に！昨年の寿老人を基にリメイク



だんだんと立体的に



作業也大詰め



さあ、最後の仕上げです



9月10日(土)～9月18日(日)までの9日間、市民公園を会場に「かみのやま温泉 かかし展示9days」を開催し、会場には出展31団体のかかし164体が並んだほか、市内の小中学生が詠んだ作品を貼った「こども短歌かかし」も展示されました。

南部地区公民館では、今年度も“南部地区かかし作り隊”を結成して、日替わりで作業に取り組みました。

昨年に引き続き七福神のご利益に与ろうと、10日間の制作期間を経て完成した作品は、「大黒天かかし」。

右手に打ち出の小槌を持ち、左肩に福袋を背負い、米俵に乗って笑顔でふくよかな姿をした大黒天は、財福や豊穡のほか、医学・医療などのご利益があるとも言われています。

コロナ収束を祈願して公民館駐車場前の植え込みに展示。上山の秋の風物詩に、来館者や通行人らが、足を止めて眺める姿が見られました。

かかし作り隊のみなさん、大変お疲れ様でした。

参加者募集

お問合せ・申込み先 上山市南部地区公民館 ☎673-7255
※参加される際は、不織布マスクの着用、検温、手指の消毒にご協力願います。

講座のお申込は、10月4日(火)午前9時~受付致します。(お電話のみ)

【一般講座】

多肉植物寄せ植え

目を引く色や形と、ぷっくりとした姿が可愛い植物
好みの鉢に植えて、素敵なオアシスを作りましょう!



参考イメージです

日時 10月28日(金) 10:00~12:00
場所 南部地区公民館 1階 集会室
講師 有限会社 種苗七福心 片桐まどかさん
参加費 1,500 円(つり銭のないようお願いします)
対象 南部地区にお住まいの方
定員 先着10人
持ち物 手拭きタオル、必要な方はメガネなど
その他 汚れてもいい服装でお越しください

【健康づくり講座】

Part2

バランスボール

日時 11月2日(水) 10:00~11:00
場所 南部地区公民館 1階 集会室
対象 南部地区にお住まいの方
講師 本木裕美さん
定員 10人
参加費 無料
持ち物 運動シューズ、タオル、水分補給の飲み物、お持ちの方はヨガマット
運動しやすい服装でお越しください

弾んで・転がって・支えて
気持ちよく筋トレができます

※健康ポイント対象事業・20P付与

【一般講座】

カット銀箔法で作る

七宝焼き講座

銀箔の光沢がキラキラと乱反射します。
焼き上がりのワクワク感をぜひ味わってください☆



- ・ペンダントトップ
- ・キーホルダー
- ・ヘアゴム

参考イメージです

土台は、3種類の中から
当日選んでいただけます

日時 11月18日(金) 10:00~12:00
場所 南部地区公民館 1階 集会室
講師 西郷地区公民館職員
対象 南部地区にお住まいの方
参加費 500 円(つり銭のないようお願いします)
定員 先着10人
持ち物 手拭きタオル、必要な方はメガネなど

公民館大掃除

日時 11月12日(土) 7:45集合
8:00~1時間程度
集合場所 南部地区公民館 1階 集会室
内容 公民館内、外の清掃
持ち物 内履き、清掃用タオル1本
その他 汚れてもいい服装でお越しください



ボランティア 募集中

~10月の予定~



5(水) 一般講座「救命救急講座」
18(火) 健康づくり講座「ドック沼周辺トレッキング」※
28(金) 一般講座「多肉植物寄せ植え」

※印は職員不在日です

次回の公民館だよりの発行は11月1日(火)です

笑顔でいっぱい

南部地区レクリエーション～わきあいあい～

【グラウンド・ゴルフ大会】

9月2日(金) 於: 上山市市民公園 自由広場



講師の大澤さん



選手宣誓



準備運動

イチ・ニ・サン・シ〜

おめでとうございます!



上位3名の方々

ナイスショット!

入れー!

お先に



大会結果

優勝 佐竹 照雄さん (長清水)
準優勝 佐竹 与子さん (長清水)
3位 井上 修一さん (長清水)

ホールインワン賞 9名

わきあいあい事業の一環として、初心者から経験者までの38名が参加し、グラウンド・ゴルフ大会が行われました。

開会式直前には小雨が降りましたが、すぐに天気は回復し、岡村知昭大会会長が「わきあいあいと笑顔を忘れず、汗を流しましょう!」と挨拶。上山市グラウンド・ゴルフ協会会長の大澤久雄さんより、ゲームの諸注意や準備運動のご指導をいただいたあと、計24ホールを回り総打数を競いました。

参加者は、時折のぞく強い日差しに汗を拭きながら、力強くクラブを振り抜いたり、注意深く狙いを定めて打つなど思い思いにプレーし、なかにはホールインワンを出してガッツポーズが出る場面も。

「うまいずね〜!」「惜しい〜もうちょっと」などお互いに声を掛け合い、笑顔でプレーを楽しんでいました。

開催にあたり、会場設営や準備、運営にご協力くださった皆様、ありがとうございました。

楽しく筋力アップ

8月29日(月)

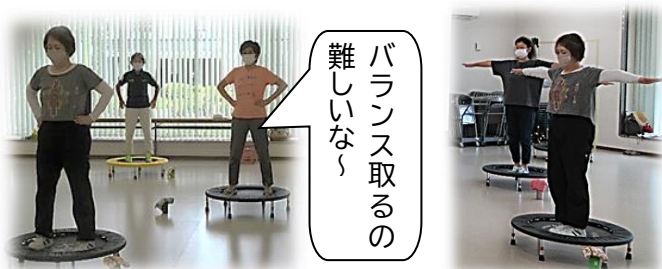
【健康づくり講座 トランポピクス】



講師の東海林さん



音楽に合わせて足と手を動かします



バランス取るの
難しいな

山形県エアロビクス協会の東海林美佐江さんのご指導で、トランポピクスを行いました。

「トランポピクスは1人用の小さなトランポリンの上で行う体に優しい運動で、通常に運動するより約2倍の運動効果が得られます。」と、先生より説明がありました。

参加者のほとんどのの方が初体験、まずはトランポリンの上に座ってストレッチ。次に立ち上がってバランスをとり、徐々に体を馴らしていきます。その後、ステップを踏みながら音楽に合わせ、先生の心地良いリードに、みなさん生き生きと体を動かしていました。

トランポリンの上で行うことで、床の上では得られない新鮮な感覚を味わい、「初めてで不安だったけど、楽しくできた。」「また何度かやってほしい。」と爽やかな汗を流していました。

ふるさと再発見

9月14日(水)【「ともがき」第5回学習会】

於：三友エンジニア体育文化センターエコーホール

全国的にも珍しい、城下町・宿場町・温泉町の3つを兼ね備えたまち上山。私たちの住む所には、優れた歴史や文化、そして豊かな自然があふれています。

そんな郷土の魅力を学ぼうと、上市市文化財専門員の荒木雄之さんを講師にお迎えし、「上山の歴史再発見」と題して歴史講話を行いました。

紀元前から近現代までの出来事や、上山の発展に貢献した偉人たちの功績やエピソードなどを聞くことができました。

出席した学級生は、普段なかなか聞くことができない貴重な話に真剣に耳を傾け、郷土に思いを巡らす有意義な時間を過ごしました。



講師の荒木専門員



どんな話が聞けるか
楽しみだな～

お知らせ

公民館事務長を公募します

公民館での仕事や社会教育に関心のある方からのご応募をお待ちしております。
詳細は、隣組回覧をご覧ください。



9月5日(月)午後に、公民館北側歩道に鍵が落ちていました。お心当たりの方は公民館までご連絡ください。