

## 笑顔ひろがる夏祭り



文化事業「東地区夏祭り」 7月12日(土)

7月12日に開催された東地区夏祭りは、皆さまのご協力によって盛会のうちに終わることができました。

山本市長、加藤教育長、高橋市議をはじめ、多くのご来賓の皆さまにご出席いただき、また、上山吹奏楽団が会場を大いに盛り上げてくれました。元気なマーチや懐かしいメロディー、子供たちに人気のディズニーソングなど、幅広いジャンルの楽曲を演奏し観客から大きな拍手がおくられました。地区の方が飛び入りで指揮棒を振り、楽団がそれに合わせて曲のテンポを速めたりゆっくり演奏したりと、笑いが巻き起こるコーナーもあり会場全体が一体となって楽しんだひとときとなりました。

暑い中、準備から終了後の片付けまでご協力いただいた実行委員の皆さま、警備についてくださった消防団の皆さま、宮川中ボランティアの皆さん、お祭りに足をはこんでくださった地域の皆さま、本当にありがとうございました。



## 山形県への要望活動 / 東地区会長会

7月24日に、宮生・本庄地区との三地区合同で山形県に要望書を提出しました。須田板の自歩道整備や県道の側溝有蓋化など、ここ数年続けて要望している内容に加えて、牧野地区の県道の法面の整備を要望しました。



# 岩手をめぐる学びの旅

ふれあい教室・女性教室合同一泊研修 7月21日(月)・22日(火)

岩手県での研修旅行では、まず江刺藤原の里を訪れ、平安時代の建物を見学しながら奥州藤原氏の栄華に思いを馳せました。宮沢賢治記念館では作家や教師、農家と多方面へ探求した世界観に引き込まれ、展示された直筆の原稿や愛用品に触れ賢治の人となりが身近に感じられました。

2日目は、釜石駅から盛駅まで三陸鉄道リアス線に乗り約1時間の旅へ。トンネルを抜ける度に現れる太平洋の青さと晴天の空が重なりまるで絵画のような美しい景色を堪能しました。駅ごとに個性のある風景も印象的で地域と鉄道の深いつながりを感じました。

暑さは厳しかったですが、歴史、文学、自然とのふれあいが詰まった、学び深い研修旅行となりました。



## 継続は力なり

### すこやか体操「背骨コンディショニング」7月25日(金)

前回に引き続き菅先生を講師にお迎えし、ゆるめ体操、ストレッチしながらの矯正をご指導いただきました。前回から日数も経っており、復習も兼ねて皆さん新鮮な気持ちで体操をおこないました。動きも小さく簡単なので、ご家庭でも継続して行い、改善につなげていただきたいと思います。



### 公民館出前スポーツ教室 シャフルボード 参加者募集！

い つ 8月25日(月) 午前10時～午前11時  
持ち物 屋内シューズ、水分補給の飲料)

健康ポイント  
2OP付与！



～参加者募集！～

### 背骨コンディショニング体操

日 時 8月22日(金) 午後7時30分

講 師 菅 悟 先生

持ち物 ヨガマット (バスタオルでも)、少し長さのあるスポーツタオル、バスタオル、水分補給の水

※ヨガマットの貸し出しがありますのでお問い合わせください(5個)

★事前の申し込みをお願いします

### 8月のおもな予定

1日(金) 市報等配布

6日(水) 女性教室「麹・甘酒講座」

13日(水) 戦没者慰霊祭

14日(木) 公民館休館日

15日(金) 公民館休館日

22日(金) 背骨コンディショニング体操

25日(月) 出前スポーツ教室「シャフルボード」

9月

1日(月) 市報等配布

### 出前図書館 情報

返却期限:8月19日(火)正午まで

貸し出し:8月20日(水)より



8月のあすまウォーキングはお休みです  
次回9月22日(月) 詳細は次号に掲載します

