

第3回 東地区モルック大会

開催！

◇10月19日(日) 午前9時より開会式



◇宮川小学校体育館

◇参加の申し込みは各地区の主事までお願いします

年齢差も男女差も関係なく、子供から大人まで一緒に楽しめます！
地区民みんなで参加して地域に笑顔の花を咲かせましょう！



参加賞が
あります。
ふるってご参
加ください！



ルールは簡単！

モルック(投げる棒)を投げ、スキttl(得点棒)を倒し得点を重ねて
先に50点ピッタリになったら勝ちです



みんなの応援があると
もっともっと頑張れるから
だれでも見に来てね！



たくさん具をのせて本格ピザ作り

少年教室「ピザ作り」 9月27日(土)

わくわく探検隊と4年生隊員でピザ作りをしました。毎年大好評の教室です。

粉をよく混ぜて発酵した生地をみんなで一生懸命大きく伸ばし、ウィンナーやコーン、照り焼きチキンなど様々な具やチーズをトッピングして、4種類のピザを作りました。

地区の方がレンガで作った手作りピザ窯「ナナカマド」で焼いて本格ピザの出来上がりです。出来立てのピザの美味しさは格別で、お腹いっぱい食べて大満足！

ピザ作り楽しかったね。



筆を重ねるたびに広がる楽しさ

ふれあい教室「秋の移動教室」 9月18日(木)



飯豊町にある源流の森センターで皿の絵付け体験をしました。素焼きの皿に専用の絵具を使って色をのせていくのですが、絵具が少なすぎると皿にすぐ染み込んでいってしまい思ったようになりません。筆に絵具を付けすぎると一か所にベタ塗になってしまい繊細な線が描けず、想像していたよりずっと難しかったようでした。でもその分時間を忘れるくらいに絵付けに没頭し、素晴らしい作品が出来上がっていききました。

午後からは川西ダリヤ園で、専門員のガイドの方からダリアについて詳しく教えていただきながら、品種や交雑について学習しました。



このままでも綺麗ですが、焼きあがりはどう変わるのか1ヶ月後のお楽しみ！

退職のごあいさつ



短い期間でしたがお世話になりました。夏祭りを始め皆さんと一緒にさせていただいた様々な公民館の行事は楽しい思い出です。東地区の皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

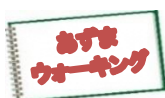
地域活動推進員 佐藤英恵

東地区会長会研修旅行

9月7日(日)・8日(月)

会長研修旅行で新潟県村上方面に行ってきました。1日目は「イヨボヤ会館」と江戸時代の豪農の伊藤家の遺構である「北方文化博物館」を見学しました。長さ30mの柱など見どころは満載でした。2日目は、朝までの大雨で笹川流れの遊覧船の運行が心配でしたが、乗船時間に雨が止み、若干荒い波の中遊覧船を楽しみました。

男9人の旅でしたが、たくさんのお土産を買って帰られました。



♪熊野岳 9月22日(月)



気持ちよく晴れた日でした。しかし山頂レストラン駐車場まで行くと気温は一気に10度まで下がり風も強かったためしっかり防風対策をして臨みました。

行きは山形側を眺めながらゆっくり歩を進め、馬の背の途中から急登を上がって頂上まで行きました。帰りは宮城側に沿って歩き避難小屋の中を見学して、コロコロとした細かい石に足を滑らせないように注意しながらゆっくり下りました。

澄み渡る青空に絶景がずっと先まで広がり、宮城県の街や遠くの景色がよく見え「海まで見えるんじゃない!?」「えー本当!?」など話が弾み、綺麗な景色のおかげで疲れを感じることなく楽しみながら歩いてきました。



継続は力なり

背骨コンディショニング体操 9月26日(金)

股関節周りの歪みをほぐす体操と肩回りをゆるめる体操を行いました。日々の癖や、痛みをかばって偏った所に負担をかけてしまうことがある場合、早めにほぐして戻す事が大事だそうです。動きも小さく簡単なのでご家庭でも継続しておこない、改善につなげていただきたいと思います。



東地区公民館地域活動推進員募集

※9月全戸配布チラシもあわせてご覧ください

業務内容・・・公民館事業の企画、計画、運営全般、その他

資 格・・・健康で地域活動に意欲がある方、基本的なパソコン操作（簡単な作業が中心です）

採 用・・・令和7年10月1日～ 定年制あり

勤務時間・・・週29時間（週休3日）

待 遇・・・給与155,000円 健康保険・厚生年金・雇用保険加入、退職金共済加入、交通費支給（規定内）

申し込み・・・履歴書を持参または郵送、面接（随時）

＜応募先・問い合わせ＞

上市市東地区公民館運営協議会

住所 〒999-3213 上市市須田板字原際742-2 TEL674-3303 担当：星野



参加者募集！

あずまウォーキング特別企画 ～一般講座～

【場所】山形市 紅葉川溪谷ウォーキングコース

【日 時】10月27日(月) 9時集合～午後4時ごろ

【集 合】東地区公民館前

【行程】公民館～紅葉川溪谷ウォーキング～昼食と入浴～公民館

【持ち物】トレッキングシューズ、体温調整できる服装、帽子、ボール等

水筒、手袋、雨具、着替え、温泉道具、他各自必要な装備

【参加費】350円

【申込】10/22日(水)まで

そば刈りと芋煮会～ふれあい教室～

宮川小生の合同事業です(刈り取りのみ)

【い つ】10月22日(水) 9時より

【場 所】須田板そば畑、東地区公民館

【参加費】500円(芋煮会)

【申 込】10月15日(水)まで



そば脱穀～ふれあい教室～

宮川小生との合同事業です

【い つ】11月5日(水) 午前8時30分より

【場 所】東地区公民館

※詳細は追ってお知らせします



ふれあい教室、女性教室、途中からの入会大歓迎です！

興味のある事業がありましたらぜひご参加ください。

各教室会員のみなさまには個別でご案内を通知しています。



秋の移動教室～女性教室～

【い つ】11月7日(金)

【場 所】鶴岡市方面

【内 容】つる編み小物作り

【参加費】3000円(体験代と昼食)

【申 込】10月30日(木)まで



背骨コンディショニング体操

【日 時】10月24日(金) 午後7時30分

【持ち物】ヨガマット(バスタオルでも)、

飲み物、長めのスポーツタオル

【申 込】当日午後5時まで

○10月のおもな予定○

1日(水) 市報等配布

10日(金) モルック大会抽選会・最終打ち合わせ会

19日(日) 東地区モルック大会

22日(水) ふれあい教室「そば刈り取り」(宮小生と)

24日(金) 背骨コンディショニング体操

27日(月) あずまウォーキング

31日(金) 11月市報等配布



出前図書館 情報

返却期限 10月20日(月)

貸し出し 10月21日(火)午後～

