

平成 28 年 9 月 26 日

No.341



じゅうおう

十王地区
コミュニティセンター
TEL 0238-85-2102
FAX 0238-85-2122



大類優希くん(7町内)が元気に選手宣誓

山峡の里に笑顔と歓声

6町内が綱引き3連覇

第45回十王地区レクリエーション大会

第45回 十王地区レクリエーション大会が山峡グラウンドで開催されました。世代を問わず大勢の方が参加され、紅白対抗、町内対抗の各競技で熱戦が繰り広げられました。会場は声援と歓声がかどまし、大いに賑わいました。

6町内が綱引き3連覇、防火シーソーも1位で、その活躍が光りました。



かわいらしいお遊戯を披露 よつばこども園の皆さん

大会通し親睦深める

絶好のスポーツ日和に、地区の皆さんがグラウンドに集い、笑い声が溢れる楽しい一日となりました。大会後は各町内でいも煮会や祝勝会が行われ、親睦を深められました。

【大会の結果】

総合優勝 白組
準優勝 紅組

○五輪ピック シニア

- 1位 1町内
- 2位 7町内
- 3位 3・9町内

○五輪ピック ジュニア

- 1位 7町内
- 2位 5町内
- 3位 8町内

○綱引き

- 1位 6町内
- 2位 7町内
- 3位 2町内

○防火シーソー

- 1位 6町内
- 2位 7町内
- 3位 1町内

○笑がい物競走

- パフォーマンス賞
- 鈴木亮太さん (6町内)
- 佐藤 廉さん (6町内)



→3町内はお餅で親睦会



→パフォーマンス賞鈴木さんと佐藤さん



自分の命は自分で守る！ 中十王地内で防災訓練

自主防災会（会長海老名慎一郎区長）主催の中十王地区防災訓練が9月4日に中十王分館周辺で行われました。大きな地震が発生したと想定し、避難訓練、人員確認など緊急時の行動について確認しました。また、消防白鷹分署職員の指導で5町内の防災班長が消火栓を使った初期消火活動の訓練を実施、女性部による炊き出しも行われました。車椅子の方や小さなお子さんを連れた方も参加され、協力し合いながら迅速に避難、防災講話にも熱心に耳を傾けていました。

最近、台風による大雨や洪水、土砂災害等各地で様々な被害が発生しています。地区内でも独自に防災訓練に取り組む町内もあり、防災意識が高まっていることが伺えます。「自分の命は自分で守る」ということを常に念頭に置き、いざという時にあわてないで行動できるよう日頃から心がけていくものです。

新施設整備に向けて

新十王地区コミュニティセンター建設の基本構想策定のための住民代表者会が9月16日に開催されました。

町から企画政策課長と担当者が出席、十王地区の住民代表に対し、施設整備の趣旨や方向性、スケジュールの説明がありました。また、設計業者から原案が示され、利点と課題の説明を受け意見交換をしました。

地区の皆さんへの中間報告と意見募集の機会として、11月頃パブリックコメントを予定しています。



交流深め楽しく健康に

6月から3ヶ月間毎週月曜日に開催してきた健康教室が9月12日に最終回を迎えました。

年齢を重ねても、いつまでも元気で自分らしくいきいきと生活できるようにと、認知症予防の脳トレを中心に、健康維持に効果的なトレーニングを定期的に行う初の取り組みで、天童スポーツクラブのトレーナーを講師に全12回のプログラムで行われました。

受講された方は、「脳の活性化に効果的と教わった、昨日の日記をつけることを実践している」「家事をしながら脚の運動をしている」「教わった体操をサロンでも行なった」など、健康への意識が高まり、その輪が広がりをみせているようです。また、皆さん一様に「毎週月曜日が楽しみになっていった」と話され、交流を深めながら楽しく健康づくりができたようです。

10月から3ヶ月間、筋力維持をメインに、体を動かしながら頭の体操も行う健康教室を開催致します。

どなたでもできる軽体操で年齢制限はありませんので、ぜひご参加ください。詳しくは4ページをご覧ください。



地域力向上 スキルアップ研修開催



地域、行政、NPOなど異なる立場の団体が連携し地域力を高める「協働の地域づくり研修会」。昨年に引き続き、おきたまネットワークサポートセンターの高橋事務局長を講師に迎え、全4回の研修がスタートしました。前半は事務局レベルのスキルアップ研修として、運営委員を対象に9月6日に開催しました。この日は2つのグループに分かれ組織の構成と役割を再点検し意見を出し合いました。

後半は自治振興会の全役員を対象に課題解決のワークショップ等を予定しています。

秋の草花を寄せ植え

秋の草花を使った寄せ植え教室を開催しました。バイキング方式で自分の気に入った山野草や花を選び配置を考えながら植えていき、花器の中にひとつの風景が出来上がりました。

「玄関先が明るくなるね」との感想も。冬を越して来年また咲かせるコツも教えていただき、楽しい時間を過ごしました。



音楽と踊りを楽しむ

本宿ふれあいサロンが9月7日に開催されました。毎月役員の皆さんの工夫で様々な催しが行われています。今月は海老名昌吾さんの卓上ピアノの演奏に合わせ、参加者が楽しそうに歌を歌っていました。海老名千代子さんの踊りも披露され、大きな拍手が送られていました。

お申し込み・お問い合わせは
十王地区コミュニティセンター TEL 85-2102

大人の社会科見学 参加者募集

日時 10月26日(水) 午前8時30分出発
帰りは午後5時頃の予定です。

集合場所 十王地区コミュニティセンター

見学地 仙台方面

蔵王資源リサイクルセンター

キリンビール仙台工場

かまぼこの国産かま館 他

※見学地は変更になる場合があります。

参加費 5,000円(昼食代、交通費)

定員 20名

申込 10月14日(金)までにセンターへ
お申込みください。

十王元気クラブ

「パークゴルフ&芋煮・焼肉」参加者募集

運動の秋! 食欲の秋! です。秋空のもと、パークゴルフで汗を流して焼肉と芋煮を楽しみましょう!

日時 10月18日(火) 午後1時30分

場所 パレス松風 フロント集合

会費 プレー代500円クラブ使用料300円
(会員の方はプレー代300円)

焼肉&芋煮会は会費制で行います

申込 10月11日(火)までセンターへ申込み
下さい。

◆十王元気クラブでは、概ね65歳以上の方で、交流やいきがづくりを通して健康で楽しく暮らすための活動を行っています。どなたでも参加できますので、お気軽に申込み下さい。

熊注意! 今年は特に熊の目撃情報が多いため、十分ご注意ください。

10月6日(木)と10月26日(水)は研修会出席のため休館となります。ご不便をおかけしますがよろしくお願ひ致します。

第2回 十王地区 コミュニティセンターまつりのご案内

日時 11月6日(日)

午前10時~午後2時30分

場所 十王地区コミュニティセンター

内容 ◇地域の皆さん、よつばこども園児の作品展

◇クラフト手芸体験コーナー

◇飲食屋台(お餅あります)

詳しくは来月の地区だより、チラシ等でお知らせ致します。

☆出展者大募集

コミュニティセンターまつりに展示、出店してくださる方を募集しています。

・趣味で作成している手芸作品や書道などの展示物の出展者

・野菜や果物、ハンドメイド小物などの出店者

※フリーマーケット方式でご自身で販売していただけの方。

10月20日(木)までにセンターへご連絡ください。

健康教室のご案内

ストレッチややさしい筋トレなど、どなたでも無理なくできる内容です。体を動かしながら頭の体操も行います。お誘い合わせのうえぜひご参加ください。

日時 10月3日、17日、24日、31日

11月7日、14日、21日、28日

12月5日、12日、19日 全11回

毎週月曜日

午前10時~11時30分

場所 十王地区コミュニティセンター

講師 ゆめスポ白鷹RO*KUクラブマネージャー

青木葉子さん 大木弥子さん

参加費 1回200円

持ち物 室内用シューズ 飲み物 タオル

申込 9月30日(金)までにセンターへお願ひ
致します。