

荒砥

発行日：令和4年7月14日

発行所：荒砥地区コミュニティセンター

Tel 85-0260

Fax 85-0263

思いやる心が築く明るい荒砥





6月26日(日)に、人気のストレッチポール教室を開催しました。暑い日でしたので、和室でエアコンを使い、快適なエクササイズです。菅野信也トレーナーが、丁寧に体幹のトレーニングや整体、また今回は骨盤底筋のトレーニングも加え、いつも気になる身体のメンテナンスを行いました。

大変気持ちがよく、うっかり寝てしまいそうな低刺激で心地よいトレーニングとなりました。
軽スポーツ部会では、7月17日(日)にもリ・スタイルという更にインナーマッスル(身体の深いところの筋肉)を鍛えていく教室を行いますので、深層筋に働きかけ、引き締めてまいります！



「荒砥子ども見守り隊」が、令和4年度の優良防犯団体として表彰されました。
健康運動を兼ねながら、学校から帰る子どもたちと通学路を共に歩くという、日常の通学路パトロールの功績が称えられたものです。今後ともよろしくお願い致します！

リレー 荒砥ーク arataalk! ⑮

小松 洸哉 氏 (菖蒲)



ここは荒砥について思うこと、気になることなど、「荒砥」をテーマに語っていただくところです。リレー形式で次の人に繋いでいきます。

高校の先輩、斎藤天音さんよりバトンを引き継ぎました、菖蒲の小松洸哉と申します。よろしくお願いします。

私の生まれ育った「菖蒲」は、南北に国道287号が走り、東に大平山、西に最上川、そして田園が広がるのどかな地区です。最上川と山々の豊かな自然が、四季折々の美しい姿で楽しませてくれます。

商店や自動販売機が1つもない、今時珍しい(?)所ですが、私が勤務している白鷹町役場まで車で5分かからないという好立地でもあります。

さて今年度より私は、白鷹町消防団第3分団の消防係という大役を仰せつかりました。20歳になったばかりの私は、伝統と格式ある消防団の消防係になることに大きな不安を抱いていましたが、分団長始め、分団幹部の方々や、諸先輩方にご指導いただき、少しずつではありますが自分の役割を覚えています。

消防団の方々との活動はとても新鮮で、学ぶことが多く日々勉強させていただいております。



先日3年ぶりに春季消防演習が行われました。初心者目線からではありますが、消防団員のきびきびとした態度、訓練に臨む姿勢、そして分列行進時の一体感にとっても感動しました。私もこれから更に消防団の活動に参加して学び、この素晴らしい伝統を次の世代へと繋いでいけるように、今後とも頑張っていきたいと思っております。

次のバトンは地元消防団の先輩で、家が隣の岡崎悟司さんに託したいと思っております。よろしくお願い致します。

生活安全推進部会 主催

美しい郷づくり推進会議協力

ぼかしづくり 参加者募集!

これまで環境講座は、コミセンの教室として実施して来ましたが、生活安全推進部会を主催とし、地域に役立つ課題として取り組むことにしました。

近隣にある、淀んで悪臭のあるため池に、EM団子を投入してみようか? ぼかしの有効性などを勉強しながら、地域の課題解決に取り組めます。

SDGsのEM菌の勉強をする機会が若い人にも増えていくのは理想的です。

今年のぼかしづくりにぜひ参加しましょう!



期 日 / 7月30日(土) 7:30~9:00
(涼しいうちに)

会 場 / JA駅前倉庫(荒砥駅近く)

内 容 / ぼかしづくり、EM団子づくり

講 師 / 白鷹町美しい郷づくり推進会議

申 込 / 参加費無料 作業用服装で!

素手でまぜますが、手袋が必要な方はご持参下さい。

米袋ある方はご持参下さい。

(ぼかしは持ち帰れます)

荒砥コミセン TEL 85-0260

7月22日10:00まで受け付け



初めての写経教室を開催しました。集中できるようにお部屋を癒しの空間に配慮しました。
菅野信也住職からは「心をこめて丁寧に書写すればよいのであって、文字の上手下手は問題ありません。」とのこと。揺らぎ易い日常で、やり過ごすことが「無になる」事だとの教えもありました。書き始め、多少は「揺らぎ」がみられたものの、皆さん背筋を伸ばして全集中で取り組まれて書写を完成させていきました。昼の部、夜の部と、2部で実施しましたが、お仕事を終えて駆けつけて下さる若い方々の集中も素晴らしいものがありました。質の高い時間を過ごしました。



お着物を素敵なホームウェアに!! 生地素材や色、柄などみなさん素敵なお着物を持ってきてくれました。黒澤和子先生の指導のもと、ほくして、切ったり縫ったり、サイズを合わせた。参加者の皆さん、チクチク縫いもお手のもの。お着物を躊躇なくバチバチとハサミで切るなど、こちらは見てるとドキドキしました(笑)
先生は次々に来る質問に対応し、参加者さん同士でも教え合い「これいいね。」「これどうするんだっけ?」「こーうだよ」と、仲良く和気あいあいと、手芸を楽しんでいました。
8月29日からの第2弾リメイクも楽しみです! 乞うご期待を!!

「写経」に挑戦!

6/8・6/20・7/13

初めての写経教室を開催しました。集中できるようにお部屋を癒しの空間に配慮しました。
菅野信也住職からは「心をこめて丁寧に書写すればよいのであって、文字の上手下手は問題ありません。」とのこと。揺らぎ易い日常で、やり過ごすことが「無になる」事だとの教えもありました。書き始め、多少は「揺らぎ」がみ

お着物リメイク術 手芸教室 ①

6/27・7/4・7/11

お着物を素敵なホームウェアに!! 生地素材や色、柄などみなさん素敵なお着物を持ってきてくれました。黒澤和子先生の指導のもと、ほくして、切ったり縫ったり、サイズを合わせた。参加者の皆さん、チクチク縫いもお手のもの。お着物を躊躇なくバチバチとハサミで切るなど、こちらは見てるとドキドキしました(笑)

夏休み特別企画 レザークラフト 8/8(月) 参加者募集!!

『オリジナルの
レザーキーホルダー or かみどめ をつくろう!!』

A B @ & O I

世界に一つだけの他にないデザイン☆
プレゼントにしても嬉しい!!
お友達や家族でお揃いにしても素敵です♪

日程: 8月8日(月)

時間: 13:30~

講師: 島貫沙織氏(長井)

会費: 500円

ハサミで切る・好きなスタンプを押したり、
打刻するなまえやメッセージなど入れても
かわいいです!最後にホルダーを付ける
だけでとっても簡単!!



荒砥地区 スケジュール

お申込み
お問合わせ

TEL 0238(85)0260

コミセンは、下記の感染防止マナー※を守り、有効にご活用ください。
 (※入館時は検温し手指のアルコール消毒とマスク着用をお願いします。三密を避けて人との距離を取り、感染症拡大を防止する意識を持ちましょう！)

新型コロナ感染症の感染状況により、予定が変わることがございますので、ご承知置き下さい。

2022年7月～2022年8月 ご自分のスケジュールを書き込んでご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
7/17 あじさいまつり 軽スポ部会主催 Re:style スポ振主催 グラウンドゴルフ 大会(健康広場)	18 海の日	19	20 10:00～ 着付け教室 	21 13:15～ 元気わくわく教室	22 夏の交通安全 街頭立哨	23
24	25	26 荒砥小終業式	27 10:00～ 着付け教室	28 13:15～ 元気わくわく教室 白鷹中終業式	29	30 生活安全推進 部会主催 7:30～ EMIぼかしづくり (JA駅前倉庫)
31	8/1	2	3 10:00～ 着付け教室	4 13:15～ 元気わくわく教室	5 15:00～ 青パト巡回	6
8/7	8 13:30～ 夏休み特別企画 レザークラフト キーホルダー or かみどめ	9	10	11 山の日	12	13
14	15	16 八乙女八幡 例大祭 子獅子育成 保存会巡業	17	18 13:15～ 元気わくわく教室	19 15:00～ 青パト巡回	20

休館期間 ~8/15

コミセン休館期間 8/12～

軽スポーツ部会主催のリ・スタイル体操教室

Re:style

ミス・ユニバースでも組み込まれている美姿勢

骨格ボディメイクエクササイズ



ホルモンバランスにも効果があり、ココロとカラダを整えてスッキリさせてみませんか？

- ◆期 日 / 7月17日(日) 10:00～11:30
- ◆講 師 / 樋口あゆみ 氏 (飯豊)
(東北初の山形の公認インストラクター)
- ◆会 費 / 300円
- ◆持ち物 / 動きやすい服装で汗拭きタオルをお持ち下さい。



【効果】♪美姿勢・美脚 ♪骨盤安定
 ♪美顔(たるみ・むくみ) ♪代謝UP・ダイエット
 ♪首・肩こり改善 ♪頭痛・腰痛改善 etc…