



## ひがしね東陽塾「夏休み SPECIAL」

8月4日(火)、ひがしね東陽塾「夏休みSPECIAL」を開催いたしました。

午前は、プラバンキーホルダー作りを行いました。子どもたちは思い思いのイラストを書き、色鮮やかな作品を完成させ、楽しみました。ランチには、健康づくり推進員の方々が作ってくださったカレーライスをいただきました。ランチのあとはクレープづくりに挑戦し、ホイップクリームやフルーツなどを自由にトッピングして、自分だけのクレープを作りました。

今回も、子どもたちの笑顔があふれる充実した事業となりました。参加して下さいた皆さんとご協力いただいた地域の皆様に感謝申し上げます。

## 夏休み事業 みんなでランチを食べよう！

8月4日(火) 安心安全な暮らし推進部事業「みんなでランチを食べよう！」を行いました。昨年度に引き続き、健康づくり推進員東根支部の皆様にご協力をいただいて行いました。

今回のメニューは、地元の夏野菜が入ったカレーを作っていただきました。野菜のうまみが引き立ちおいしいカレーが出来上がりました。みんなで食べるランチは格別で、楽しい時間を過ごしました。



## コミセンカフェ

毎月1回開催している「コミセンカフェ」。早いもので2年が経ちました。24回目のカフェは9月18日(金)に行います。

スタッフは事前にメニューを考え、季節に合わせて地元の旬の野菜などをたくさん使い、皆さんに楽しく味わっていただけるよう、工夫しながら調理しています。

是非、コミセンで味わってください。早めのお申込みをお待ちしています。

8月のメニュー (写真)

- ・茄子の炒飯
- ・中華スープ
- ・冷やしおでん
- ・きゅうりとちくわのサラダ
- ・梅寒天



## シニア筋トレ教室

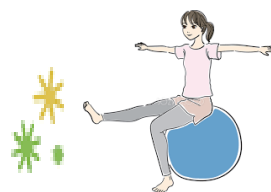
### 東陽シニアジム



毎週コミセンで開催しています。参加者も少しずつ増え、継続して取り組んでいる方々は効果を実感している方が多く、続けることが体力の向上につながっているようです。

「楽しく」を大切に続けたいシニアジムを目指して行っています。

随時申し込みを受け付けております。見学を希望される方も、お気軽にコミセンへお申し込みください。



## 東根地区スポーツ振興会

### 白鷹町誕生72周年記念地区対抗駅伝競走大会が開催されます！

来る10月11日(日)町駅伝競走大会が開催されます。白鷹町内を周るコース、白鷹町役場がスタート / ゴールとなります。区間は10区間です。

東根チームは9月15日に結団式、1回目の練習会、大会当日までに9回の練習会を行い大会に臨みます。序盤の練習会の中心はコミセン周辺のコースで行います。走る練習をしてみたい方も是非練習会に参加してください。

地域の皆さん、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

| 区間 | 走者    | 距離 km | コース              |
|----|-------|-------|------------------|
| 1  | 中学生   | 1.9   | 役場～あゆーむ          |
| 2  | 中学生   | 2.5   | あゆーむ～蚕桑コミセン      |
| 3  | 小学生   | 0.7   | 蚕桑コミセン～元 JA 蚕桑支店 |
| 4  | フリー   | 3.3   | 元 JA 蚕桑支店～広翔館    |
| 5  | フリー   | 3.6   | 広翔館～健康福祉センター     |
| 6  | 小学生   | 0.9   | 健康福祉センター～役場      |
| 7  | フリー女子 | 2.1   | 役場～十王コミセン        |
| 8  | フリー   | 3.0   | 十王コミセン～萩野待避所     |
| 9  | フリー   | 3.0   | 萩野待避所～十王コミセン     |
| 10 | 壮年    | 2.1   | 十王コミセン～役場        |
|    | 合計    | 23.1  |                  |



# 第10回 東陽の里まつり



10月18日(日) 同時開催 伝統文化の祭典

午前10時～午後2時

東陽の里公園 東根地区コミュニティセンター

オープニング キッズダンス(運動のアトリエダンススクール)

## おまつり屋台

わたあめ  
ポップコーン  
射的  
わなげなど

## 創作教室

・ビーズモール  
プレスレット  
・ふわもちスライム  
・プラバンキーホルダー  
◇子どもから大人まで  
楽しめます

## フードスタンド

☆岡の台ごんぼ  
うどん  
地元の食材を使って  
提供します。ご賞味  
ください。

## 伝統文化の祭典

御祈禱 午前10時40分

午前11時から

☆畔藤田植踊り

☆獅子舞

広野観音

十王皇大神社

諏訪神社

◇他にお店やキッチンカーも出店します！是非、お越しください。  
～詳しくは後日配布されるチラシをご覧ください～

## バンダナ通信

白鷹東駐在所からの  
お知らせ



## 秋の交通安全県民運動

実施期間：9月21日(月)～30日(水)の10日間

- 歩行者** 「交通安全ありがとう運動」  
○反射材を着用し、夕暮れ時の安全確保  
○横断歩道は左右よく見て渡ろう
- 自動車** 「午後4時になったらライト点灯」  
○飲酒運転やながらスマホの根絶  
○思いやり運転をしよう
- 自転車** 「ヘルメットで頭部を守ろう」  
○自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解と遵守の徹底  
○思いやり運転をしよう

## 70歳以上のドライバーの皆様へ

70歳以上の方は、運転免許更新手続きの前に自動車教習所で高齢者講習等を受ける必要があります。通知のハガキが届いたらお早めに自動車教習所へ予約をお願いします。

- 70～74歳の方  
高齢者講習(座学、実車講習等)
- 75歳以上の方  
高齢者講習(座学、実車講習等)  
認知機能検査

地域文化伝承部 主催

## 歴史探訪学習会

「ひがしね文化財マップ」の掲載箇所などの名所・史跡を巡る学習会を開催いたします。

皆さんこの機会に是非ご参加ください。

- 日 時 11月1日(日)  
午前9時～12時(予定)
- 場 所 東根地区コミセン 集合
- 講 師 置賜民族学会  
町史談会  
会長 守谷英一氏
- 参加費 無料
- 締切日 10月16日(金)

○見学予定地

妻岡神社(浅立)

新野広陵の碑(広野)

蕃神と入植記念碑(町下)

雷神社・黒藤下館(町下)

大山議定書碑(杉沢)

毛谷明神(荒砥仲町)

●その他 移動は貸切バス等を使用します。

# お知らせ

お問い合わせ、申し込みは  
東根地区コミュニティセンター  
電話85-2228

東根地区スポーツ振興会事業

## 心とからだを整える フィットネス教室

日時 10月29日(木) 19:00~  
11月12日(木) 19:00~  
12月10日(木) 19:00~

場所 東根地区コミュニティセンター

講師 運動のアトリエ 菅原 陽子さん

内容 ストレッチポール等を使ったエクササイズ

会費 300円



運動のアトリエ  
菅原 陽子さん

## 健康マージャン教室

9月25日(金) 9:00~

10月 9日(金) 9:00~

☆ 楽しみながら脳の活性化  
☆ 指先の運動・仲間との交流



## これからの予定

9月15日(火) 手しごとアトリエ  
駅伝結団式

16日(水) 地域文化伝承部会

18日(金) コミセンカフェ

25日(金) 健康マージャン教室

29日(火) 学び支援部会

10月 3日(土) 東陽塾

6日(火) 手しごとアトリエ

9日(金) 健康マージャン教室

毎週水曜日シニア筋トレ教室

## キャンドル ワークショップ

ひがしな東陽塾 vol.3

本物みたい! ~アイスクリーム  
キャンドル~



日時 令和8年10月3日(土)  
時間 午前10時から  
(午後11時30分終了予定)

場所 東根地区コミュニティセンター  
参加費 1,000円(材料代)

☆アイスをシングルダブルへ変更したい方は  
+500円いただきます。

ハンドメイドキャンドル「STARRY SKY  
candle」さんと一緒に、本物みたいなアイ  
スクリームキャンドル作りをしてみよ  
う!

☆親子で参加大歓迎☆

COMING

SOON

## クリスマスを彩る 大人のフラワーアレンジメント Vol.2

~プリザーブドフラワー教室~

日時 令和8年11月9日(月)

時間 13:30~

場所

東根地区コミュニティセンター

参加料 2,000円



## コミセンカフェ

~10月のお知らせ~

日時 令和8年10月18日(金)

対象 東根地区の方

会費 500円

締切 10月9日(金)まで

先着20名様です!

お申し込みはお早めをお願いします。