

平佐西地区コミュニティ協議会

30-7号 平成30年10月24日
天辰町2211-1 TEL27-2978

コミ協だより



「はんとけん体操」の普及を目指して学ぶ方々

いよいよ普及段階へ
器材、指導はコミが協力

はんとけん体操、導入団体を募集

今年度、当協議会では高齢者の体力維持・向上の目的から、「はんとけん体操」の導入を計画し地区に普及を図ることとしています。

9月から10月中旬にかけて三堂自治会館を会場として5週連続で実技講習会を実施。毎回30人ほどの方に参加していただきました。「かごめかごめ」や「桃太郎」などの童謡に合わせて、腕や足をゆったりと上げ下げして6種類の体操を行ないました。

各団体で「はんとけん体操」に取り組みましょう

高齢者の筋力アップを目指すこの体操は、県内各地で「ころばん体操」の呼称で評判です。自治会やサロン、高齢者クラブでの導入をご検討ください。

同体操の指導や必要な器材については、地区コミが協力していく予定です。詳細は地区コミ事務局までお尋ねください。



接戦での優勝に喜びもひとしおです

高齢者クラブ会員、日ごろの団結力を発揮

シルバースポーツ大会で優勝

9月20日、川内地区シルバースポーツ大会がサンアリーナせんだいで行なわれ、平佐西支部から高齢者クラブ会員39名が参加、途中シーソーゲームの展開となりましたが、優勝し、連覇を達成しました。当日は川内地区から13チームが参加、スプーンリレーや輪投げなど、9種目の競技で熱戦が繰り広げられました。

序盤の「ハッとしてゲー」の種目ではボールが竹かごに入らないなど大変苦戦し、亀山や隈之城などのチームと一進一退のゲームを展開。8番目のじゃんけんゲームで1位となりここで首位に。最終種目の「玉入れ」も3位を確保し、優勝しました。

日頃からグラウンドゴルフやサロン活動で仲間作りに励んでいる皆さんの団結力が発揮された大会となりました。

住民の交流と、生涯学習一年間の成果発表の場です

平佐西地区生涯学習フェア 11月11日開催

胡弓演奏家 劉福君氏を招待

国際交流センターで10時から(作品展示は9時)

今回はなんと、中国古来の楽器である胡弓の演奏家、劉福君氏をお招きできました。悠久の調べを堪能ください。

屋外では市民同士の交流する場を設置。うどん、おにぎり、唐揚げなどおいしい食べ物を準備。また、つくたて餅の振舞い、農産物の販売もあり、大食堂でゆっくり食事ができます。

2階のときめきカフェでは本格的なコーヒーとお汁粉なども楽しめます。

座席番号がそのまま抽選番号！全員楽しめる抽選会

フェアの最後には大抽選会。最高賞は取れたての新米1俵をそのままドーンと準備！多くの方のご来場をお待ちしています。



◎その他の話題

○ 市教育委員会、二学期制導入を検討

市教育委員会は、2020年度から市内の市立小中学校を対象に、現在の三学期制から前期、後期の二学期制に変えることを検討しています。

当面、今の夏休み、冬休みは変えずに10月の体育の日前後を秋休みとして、前期後期の二つの学期に分けることが提案されています。

集めた椿の実、買い取ります

1kg700円



今年も下飯青瀬地区コミュニティ協議会の依頼により、椿の実を集めることになりました。青瀬地区では現在椿の油の生産を地域で取り組んでいますが、原料調達のため、市内各地区コミにも協力を呼びかけておられます。製品は非加熱での搾油が可能で、近年人気が上がっています。

興味のある方は地区コミ事務局まで。こちらで連絡いたします。

編集後記

今年は台風に翻弄され、市民運動会や地区の交通安全法令講習会なども中止、平佐西地区大運動会も室内開催するなど影響を受けました。

その台風も過ぎると一挙に秋の気配。夜はコタツが恋しくなりました。

生涯学習フェアまでいよいよ2週間あまりです。

当日はお友だち、家族揃ってたくさんおいでください。

秋を味わいに自然の中へ

天辰寺前古墳石室公開

内部を見る貴重な機会。アグリ館も物販します

○開催日 平成30年11月3日(土)

○時間 10:00~12:00

○場所 天辰町天辰寺前古墳公園

○どなたでも可。雨天中止。

○問合せ先 市役所文化課文化財G
23-5111(内線 5232)

寺山の秋を探しに行こう



第19回健康ウォーキング大会

○開催日 平成30年11月18日(日)

○集合・受付 9:30~9:50

○スタート 10:00 川内中央中学校 校庭

○駐車場は陸上競技場フィールドで。ハイタウン平佐側入り口からお入りください

○コース 川内中央中学校⇒寺山公園(宇宙館入り口付近の運動広場まで)ゴール受付で参加賞とお菓子等あり。到着後は自由解散で

○締切 11月8日(木)。雨天は中止

○申込み 地区コミ事務局へ 27-2978

※当日の受付も可能です (体育部)

後期親睦グラウンドゴルフ大会

○開催日 平成30年11月21日(水)

○会場 樋脇グラウンドゴルフ場 (高齢者部)

