



今井公民館
館報編集委員会
電話 59-2001
FAX 59-1004



大正池



田代池



さわんど温泉の足湯



6月20日(木)、今井公民館と今井福祉ひろば共催の「上高地自然観察ウォーキング」が開催され、30名が参加しました。
お天気に恵まれ、爽やかな風を受けながらも快適にウォーキングを楽しめました。大正池から3つのグルーブに分かれ、ボランティアガイドの説明に耳を傾けながら、2時間の自然観察を楽しみました。北アルプスの雄大な景色に見とれ、心も体も癒されました。河童橋近くのアルペンホテルにて、豪華な昼食をおいしくいただき、午後は各自、自由に散策、お買い物などをして楽しみました。1万歩くらいのウォーキングの軽い疲れを、沢渡の足湯で癒し帰途につきました。



平成27年9月から5カ月間、今井福祉ひろばで行われた松本市主催のスポーツボイストレーニングに参加した。参加を決めたきっかけは、ひろばのコーディネーターさんからの呼びかけだった▼スポーツボイスは、歌手の東哲一郎さん(東京都)が、海外のミュージシャンらから習得したトレーニング法を、日本人向けにアレンジして開発。「発音を良くし、声を響かせるためのあご、舌、唇のストレッチ」「膈下(せいか)丹田に力を入れ、腹式呼吸で発声」などを、音楽に乗せて、体を動かしながら行う方法▼平成28年2月に、音文ホールにてアメージンググレースを歌った。とても大きな声で歌えて大満足だった。松本市主催の活動は終了し、スポーツボイス今井として現在も月2回のサークル活動を続けている。今井地区文化祭などでの練習成果発表を目標として今も頑張っている。仲間とのふれあいと心と体の健康が保たれていると感じている今日この頃。第1と第3の火曜日夜7時から福祉ひろばで練習しているの、よろしければ見に来てくださ。 (A.N)

北風南風



信州花フェスタ2019

スポーツボイス今井の
皆さん15名が花を添える!!

5月31日(金)午後3時から県民ステージにて会員の皆さんによる歌の発表が行われました。「オーハッピーデー」「アメージンググレイス」「熱き心に」等々お得意の曲を披露しました。花の美しさもさることながら、男声合唱の力強い響きも、十分に花を添えたことでしょう。



ジギタリスの花も敵わぬ男声合唱!



No.275

「私の今井デビュー」

三村 志保
(北耕地)

私は四国の暖かい海沿いの町で生まれ育ち、十八歳で地元を遠く離れ、縁があり七年前に今井へやってきました。訪れてすぐの一年間、道の駅の食堂でお世話になり、食堂のおばいえ、お姉さん方は皆とても温かく迎えてくださいました。仕込みの際、目



の前で飛び交うそばのおじさんとお姉さんの会話は方言満載で、聞き慣れない私には完全に英会話。しかしこのスピードラーニングのおかげで、今では私自身ポロツと発してしまいうほどにま

で成長を遂げました。勤めている間に入籍し、妊娠を伝えた際は家族のように一緒に喜んでくださいました。いつも面白おかしく、時

には厳しく(笑)花嫁修業も忘れず、そして迎えた退職の際には娘のように温かく送り出してくださいました。私にはとても心強く、心休まる場所でもありました。感謝の言葉では言い表せない気持ちでいっぱい입니다。この場をお借りして、改めて「ありがとう」と伝えたいと思います。いつでも

スマイル山雅健康教室開催

6月6日(木)、今井公民館にて「元気育成・健康増進プログラム・スマイル山雅健康教室」が行われました。途中から参加した児童センターの皆さんを含め、約40名が参加しました。

松本山雅FCからご参加いただいた塚川孝輝選手と一緒に、タオルの引っ張り合いやボールを使った体操を行いました。J1の選手と交流できる貴重な機会に、子どもからお年寄りまで笑顔あふれる健康教室となりました。



支部対抗球技大会結果

第34回大会7月7日(日)

ソフトボールA・B・C
雨天のため中止

女子バレーボール

優勝 西原 準優勝 東耕地

◆ゲートボール

優勝 南耕地 準優勝 西耕地

◆マレットゴルフ

雨天のため中止

役員変更のお知らせ

6月3日付で、役員の変更がありました。

町会連合会会長 (北耕地) 三村 幸一

町会連合会副会長 (南耕地) 村山 富一

今井福祉協議会長 三村 幸一

福祉ひろば推進委員長 村山 富一

村山 富一

村山 富一

村山 富一

