



夜空に咲く大輪、目と耳がすれなく感じる大迫力!

暑い・熱い夏



No.325

今井公民館
館報編集委員会
電話 59-2001
FAX 59-1004

毎年見事な演奏の松本音楽団
花火とのコラボも最高!



何か良い物
当たった
かな?

第22回 今井どんぱん夏祭り 8月14日(日)

みんなで輪に
なって盆踊り



金魚すくい?
いえいえピカピカすくいです!



行列ができる夜店
にぎわってま〜す



祭
源
焼き鳥
焼くのも
大変です!





7月31日(日)に児童25名程が参加して行われました。



竹を使っての水鉄砲作り。協力員の方のこぎりや錐の使い方を指導して頂きながら熱心に作り上げ、早速水の掛け合いをしていました。昼食は焼肉。デザートにはスイカ。楽しい、美味しい一日となりました。

鎖川で遊ぼう！

8月7日(日)鎖川親水公園で25名程が参加して行われました。

はじめに「危険予知トレーニング」の指導をKIYAIデリーダーの田中拓人君(高2)から受けました。その後慣れない手つきでのこぎりを使って竹の水鉄砲作り、マスの掴み取り、はらわたをとり、串刺しにも挑戦しました。

子ども会育成会協力員の方々が作った、塩焼きや五目ごはんを頬張って、夏休みの楽しい一日を過ごしました。

山雅の選手と健康プログラム



8月4日(木)に公民館で、福祉ひろば事業の健康講座が30名参加で開催されました。当日はインストラクターの小林美穂先生と、松本山雅の柴田隆太郎選手が今井に来場され、まずは今井地区の健康づくりサポーターの皆さんからの指導で、脳活性化の二重

つがやま No.262 「歴史を身近に」 桜井 政男 (西耕地)

今井公民館の古い金庫の中に『聖徳記念絵画館・壁画集』というタイトルの豪華本が入っていました。これは明治神宮外苑絵画館の八十枚の絵を印刷したものです。非売品となっていてますから、奉仕の返礼品として頂いたものを役

課題トレーニングをしたり、小林先生の指導でタオルを使ったストレッチをしたり、柴田選手と触れ合いながら楽しく運動しました。



スポーツボイス大学院特別公演

8月24日(水)東館大会議室において、スポーツボイストレーニング特別体験と、一期生の発表会がありました。ビートの強い音楽と共に体

談判の絵 三月、東海・東山・北陸 三道の官軍並び進み、是月十五日を期して將に江戸を進撃せんとす。(略)勝義邦安

も動かしながら、声帯ストレッチや腹式呼吸を学びました。後半はおしゃれな装いの一期生26名の方々による堂々と自信に満ちた歌声を聞きました。何より皆さんが、心から楽しんで歌っている様子に感動しました。11月の文化祭のステージ発表が楽しみです。

西南フロック球技大会結果

○軟式野球結果(7月31日) 今井0-5 笹賀(神林棄権)

○バレーボール結果(8月24日) 1位 笹賀 2勝0敗

2位 今井 1勝1敗

3位 神林 0勝2敗

前号における訂正とお詫

7月号2面「今井財産区議員の活動」の記事16行目、3名の表記を正しくは13名でした。訂正しお詫びいたします。

房守・大久保一翁等、この間に立ち、百万周施、府下の秩序を維持す」など詳しい歴史説明の後に、【図は明治元年三月十四日、芝田町の薩摩藩邸において大総督参謀西郷吉之助・勝義邦と会見の光景なり】との解説があります。これを今井の文化祭で披露しようと考え、旧漢字とカタカナの読み難い原文を読み易い文字に入力しています。

北風南風

リオデジャネイロオリンピックのバドミントン女子シングルスで大町市出身の奥原希望選手が銅メダルに輝きました。夏季大会個人

種目で長野県出身者初のメダル獲得に興奮し、感動しました。奥原選手の試合前に行うルーティン(決められた一連の動作・習慣)が話題になりました。周りの人からのサポートや多くの応援に対して感謝する気持ちをつがやき、一礼してコートに入るそうです。大きな舞台でも力を発揮できるアスリートには自身のリズムを普段通りに整える独自のルーティンがあると聞きます。験担ぎとは違います。アスリートではない私も日常生活の中で無意識に行っているルーティンがありました。起床から会社出勤までの行動、仕事の段取りなどです。休日は小学生にサッカーの指導をしています。練習開始は軽いランニングからストレッチ、練習の最後は全員で片付けをしてからストレッチという手順が10年間習慣となっていて、▼普段意識せずに継続していることが一番自分らしく、また心に余裕を与えるのかなと感じました。(T・M)