

第三地区版ポッチャ研修会の様子



コロナ禍で地域の人たちの交流はとてまもなくなくなってしまいました。少しでも皆さんの笑顔を取り戻せるように、誰もが楽しめる『第三地区版ポッチャ』を包括寺岡さん、生活支援員三澤さん、第三地区公民館、民生で実施する事になりました。

第三地区版ポッチャで笑顔に！
気軽に「よってきましょ」

高齢者が久しぶりに集いました！



6月1日(水)に研修会として関係者でプレイしてみました。一投で形勢逆転となる展開に、思わず興奮！の楽しさでした。
(館報編集委員 西原 政子)

コロナ禍だからこそ何かできないか？と包括寺岡さんと相談：ひろばの利用が無い日を活用して、ゲームや脳トレを楽しんでもらおう!!と2月に『はるるかぶりですが』とイベントを行いました。その2回目『よってきましょ!』です。

4チームに分かれてポッチャ、輪投げ、ストラックアウトで点数を競い合いました。初めて会う方との交流、頭も体も動かしてリフレッシュ！包括の相談コーナーも設けて心もスッキリ！皆さんの笑顔が見られて本当によかったです。
(地区生活支援員 三澤 和代)

●第三地区版ポッチャ●



白熱した試合になりました！



なかなか入らなくて難しい！

●輪投げ●

●ストラックアウト●



当たると気持ちいい！

ポッチャとは…

赤・青のボールを投げたり転がしたりして、白い球(目標球)にいかに近づけられるかを競うスポーツです。

次回もお楽しみに～ よってきましょ

地域の人と一緒に！

源池小学校
放課後クラブ活動

源池小学校では6月から10月にかけて全4回、放課後にクラブ活動を行います。

クラブ活動は4年生から6年生が対象で、物づくり、手芸、一輪車、将棋、卓球の5つのクラブについては地域の方々が講師となって児童たちを指導をしています。

6月20日(月)の第1回目では講師と顔合わせをしたあと、さっそく各クラブ活動に取り組みました。
クラブ活動を通じて世代を超えた交流ができ、地域の方々も児童もいきいきとした様子でした。



手芸クラブ



卓球クラブ



将棋クラブ



一輪車クラブ



物づくりクラブ

自分が暮らすまちをもっと知ろう！ 第三地区まちあるき

恒例のまちづくり協議会と清水中学校1年生まちあるき

第三地区まちあるき講座 ～あがたの森に詳しくなろう～

6月2日生活・文化委員会主催の講座『あがたの森に詳しくなろう』が開催されました。晴天に恵まれ、汗をかきながら、あがたの森及びその周辺を森林インストラクターの根萩達也さんの軽妙な解説をお聞きしながら散策しました。

渡辺高良さん宅（県町北）のオープンガーデンでは、色とりどりに咲き誇るバラや、何十年かに一度咲くといわれる竹の花に遭遇し感動しました。

あがたの森にはヒマラヤヤスギ、サクラ、カツラ、ケヤキ、トチノキ、カエデ、ニレ、シラカシ、等々多くの樹木の存在することを再認識し、旧制高等学校記念館では、初めて見学する方も多

清水中学校の生徒さんに随行して、まちめぐりをさせていただきました。講師の方の説明により、今日まで連綿と受け継がれてきた町の歴史や変遷の一端を垣間見ることができ、あたかも時代を旅している気分になられました。また、それぞれの町にはそれぞれの歴史があり、その存在に価値や意味があることを知り、まちづくりの大切さを実感しました。

ふるさとへの愛着や誇りを、より一層高めてくれる貴重な体験をさせていただき、ありがと



まちあるきの様子



オープンガーデン見学の様子

く興味深く学芸員さんの解説をお聞きしました。身近なあがたの森も木々の解説をお聞きしながら散策すると、新たな出会いがあることに気付かされた一日でした。

うございしました。

(館報編集委員 大出 眞)

大変お世話になりました

第三地区町会連合会 前会長 熊谷 武久

雨に濡れた若葉はいっそう新鮮な美しさです。地区の皆様には益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

この度3月31日をもって第三地区町会連合会長を退任いたしました。

顧みますれば平成29年に会長の任を仰せつかり5年間、大我なく務めさせていただくとともに、多くの人と出会い多くの人に支えていただきましたことは、ひとえに皆様のご厚情の賜物と深く感謝しております。

ただこの2年間、コロナウイルス感染防止のため諸行事が縮小されたり開催できなかつたことが残念でなりません。今後感謝の心を胸に銘じて地域のために力を尽くしたいと念願しております。これからは過ぎ去った日々を振り返るより新しい日々を大いに楽しみたいと考えております。

結びに、第三地区町会連合会の益々のご発展と地区の皆さまのご健勝ご多幸をご祈念申しあげ退任の挨拶とさせていただきます。

窓口の職員も変わりました



近藤 小津恵

公民館までお気軽にお越しください。よろしくお願ひします。



数年前から健康診断でメタボに引つかかっています。そのため、保健指導で運動を勧められ、始めたのがホットヨガ。室温38℃、湿度65%の中では、ただ座っているだけでも汗が吹き出ます。インストラクターの指導で体を動かせば、30分足らずでまさに滝汗です。大量の汗をかき身も心もリフレッシュ。色々なコースが選べ、自分に合った無理のない範囲で楽しんでいきます。

ただ始めて半年が経ちますが、いっこうに体重は減りません。それどころか、実は少し太ってしまいました。せっかくの運動も日頃の不摂生で台無しです。ちなみに私流健康法は、食べたい物を食べ、好きなお酒も飲み、ストレスを溜めない事です。果たして本当にこれで良いのか。今年もそろそろ健康診断の時期です。結果を開封する際の不安と緊張は、まさにストレス。やはり不摂生を改め、もっと健康を意識して規則正しい生活を送るべきなのでしょうね。いい歳なんだから。(谷口 陽子)