



7月21日（木）、ヒューマンメンタルヘルス研究所「あこ〜る」所長 我妻淳一氏をお迎えして「健康のひろば 講習会〜笑うが一番〜」が開催され、30名の方に楽しくためになる講演を堪能していただきました。

蝶ネクタイ姿の我妻さんが登場すると会場からは笑いが起こり、和やかな雰囲気での講演会は始まりました。

スライドを用いての講演会は、健康と笑いの関係性についての話があり、笑いがもたらす効果としては、免疫アップ、緊張をほぐす効果などがあるとのこと。そこから人と

のつながりを作り社会参加することで、健康寿命を延ばすこともできるということです。途中になぞなぞやミニゲームなども行い、当たった方には、我妻さんが準備した賞品がプレゼントされ、終始会場は、楽しくにぎやかに笑いの効果を確認していました。

参加者の方からは、「あー楽しかった。」「またこんな講演会をしてほしい。」などあり、皆さん大変満足し帰られました。

今回の講演会では、楽しみながら健康になるコツを学び、笑う事の大切さを実感した講演会となりました。



青少年育成南部地区民会議 主催

クワガタ博士になろう！



まもなく夏休みの7月23日、福田町在住のクワガタムシ博士 鈴木 英明氏を講師に迎え、南部小の生徒7名と中学生1名参加のもとクワガタムシ勉強会を開催しました。

オオクワガタ・コクワガタ・ノコギリクワガタ・ミヤマクワガタなどの山形県で見られるクワガタムシの生態や採集方法についての説明と、本物のオオクワガタをはじめとした生きたクワガタに触れて、クワガタムシの飼育方法について学びました。

子どもたちは沢山のクワガタムシを目の前にして、目をキラキラ輝かせていて興味深そうでした。

最後に今日の教材のクワガタムシは皆で分けて持ち帰り今日の勉強したことを基に自宅で飼育にチャレンジです。夏休みの自由研究「クワガタムシの飼育と観察」の材料となっていることでしょう。

夏休み明けにはクワガタムシ博士の誕生です。

青少年育成南部地区民会議 横尾 昌幸



短冊に願いを込めて ☆七夕茶会☆

7月30日(土) 青空の下、「こどもふれあい茶道」の七夕茶会が行われました。

まず初めに、笹にそれぞれ書いた短冊を飾り付けた後、風が心地よい玄関先で、立礼(りゅうれい)による稽古を行いました。いつもとは違ったお点前方法に緊張している様子も見られましたが、みんな真剣に取り組んでいました。

七夕茶会ということもあり、浴衣姿で参加した生徒さんも多く、季節感を感じられるとても夏らしいお稽古となりました。



心と身体のリフレッシュ講座

【夏のかんたん。かわいい。ちぎり絵】



毎年好評いただいています「心と身体のリフレッシュ講座」第2回目は、ちぎり絵作家のウメチギリさんを講師にお迎えして「夏のかんたん。かわいいちぎり絵講座」を行いました。

プロの先生から教えていただけるという貴重な機会に、参加者の皆さんもわくわくとても楽しみにされていた様子でした。

今回はうちわを台紙にして、折り紙を用いてのちぎり絵体験をしました。まず最初に、講師から、折り紙の縦・横の見分け方と直線や曲線の基本的なちぎり方をご指導いただき、夏をテーマにそれぞれ作りたいものを決め、ひとりひとり取り組んでいきました。指先を繊細に動かしながらちぎって形をつくるのが難しく、なかなかイメージ通りにいかず、「ハサミを使いたい〜!」「難しい〜!」との声も聞こえつつ、参加者はひたすらにちぎり、ひ

まわり、金魚、海、蛍、朝顔等、夏らしい色とりどりのうちわが完成しました。

指で紙をちぎって形づくりの難しさ、思うような形にならないもどかしさを感じながら、でも、楽しくて出来上がるとうれしい、とても有意義なひとときでした。

活動推進委員 飯沼 美由紀



やさしいてならい講座～水引細工で夏のブローチ～



7月8日(金)、手芸作家の植野みどりさんを講師にお招きし、受講生13名で水引を使ったアジサイの花のブローチ作りをしました。

花のモチーフはピンク、薄紫、青色の水引から選び、「あわじ結び」という結び方で花や葉を作っていました。水引がよれないように気をつけながら結び目をバランスよく整えるのは難しく、水引は紙の素材なので何度も触ってしまうと張りがなくなり綺麗に仕上がらなくなるので、思い切りも大事でした。手本を見ながら調整し、最後にブローチピンを縫い付けた土台と貼り合わせ、想いのこもった可愛らしい作品ができあがりました。



米沢市総合スポーツ大会の成績

7月16日

米沢市人工芝サッカー場にて開催。

去年に引き続き2連覇!



7月30日

米沢市営野球場にて
5チーム対抗にて開催



グラウンドゴルフ大会



野球大会

秋*グラウンドゴルフ教室と大会のお知らせ



若い人から高齢者まで気軽に出来るスポーツとして開催致しております。多くのみなさまの参加をお待ちしております。

【対象】南部地区在住の方など誰でも

【参加料】無料：服装は運動着・運動靴(普段着でも可能)

【場所】万里橋上流の河川敷GGコース

【教室】第1回：9月25日(日)午前9時～

第2回：10月2日(日)午前9時～

(当日会場で受付します。道具は当会で準備します)

【地区大会】参加賞と入賞賞品を準備します。

地区大会：10月9日(日)午前9時～

【問合先】安部 ☎ 090-4552-0924 坂野 ☎ 090-7064-0303

※天候が微妙な場合の開催の可否ですが、当日の朝8時までに齋藤(22-6531)までお問合せ下さい。

※新型コロナウイルスの拡大状況によっては、中止の場合もございます。主催 南部地区スポーツ協会、共催 南部コミセン

「秋の山野草展」

◎あづま山草会主催の

秋の山野草展を開催します!

日時：9月17日(土)～9月18日(日)

午前9時～午後5時まで(最終日は午後4時まで)

即売もあります。

第70回を記念して
17日先着50名様に
山野草をプレゼントします。



※感染対策をして、ご観覧下さい!

共催 南部コミセン



7月17日(日)～

7月23日(土)まで

アトリエぱびえさんによる「アトリエぱびえ第28回作品展」が開催されました。

ふれあいロビー展

アトリエぱびえ第28回作品展

小学生から一般の生徒さん16人115点の作品が並びました。

絵画や造形など幅広いジャンルの作品を楽しませてもらいました。





健康ノルディックウォーキング講座

※ノルディックウォーキングは、専用ポールを使用することで自然にダイナミックな動作が身につきます。全身を使うのでエネルギー消費量がアップします。

膝や腰にやさしく、肩こりの緩和や転倒防止にもなる安全で効果的な運動になります。

☆対 象：成人一般 ☆定 員：20名

☆時 間：10：00～11：30

☆教材費：500円

(レンタルポール使用の方)

☆講 師：JNFA公認 ベーシックインストラクター
宇山 栄一氏

☆日 程：10/4、10/11、10/18 (すべて火曜日)

☆会 場：1回目 南部コミセン

2、3回目 米沢総合公園わき遊歩道

☆受付開始：9/1 (木) より



大人の癒し 指でくるくるパステルアート講座

☆対 象：どなたでも ☆定 員：15名

☆教材費：1,000円

☆講 師：JWPAA 認定パステルアートインストラクター
佐々木 由美子氏

☆日 程：10月18日 (火)

☆時 間：10：00～12：00

☆受付開始：9/5 (月) より



【緊急告知ラジオ希望調査を行います。】

○災害時に自動起動で防災情報・気象情報・避難情報等をお知らせする緊急告知ラジオの希望調査を実施します。
ラジオの申込書ではありませんのでご注意ください。

対象者：①浸水想定区域に居住する、緊急告知ラジオ未配布の世帯

②浸水想定区域外の避難行動要支援世帯(75歳以上の高齢者のみで居住する世帯など)

③上記以外で特にラジオが必要と認められる世帯。
(土砂又は道路冠水で住宅が孤立するおそれがある世帯。日中は要支援者のみで過ごしている世帯。等)

期 間：8月1日 (月)～9月30日 (金) 12：00まで
調査票の設置、提出場所：

市役所防災危機管理課または各コミュニティセンター

※防災危機管理課では電話による希望調査も受付けています。

問合せ先：防災危機管理課 ☎ 22-5111

※本調査はラジオを必要とする方の人数を把握する為のものです。

ふれあいロビー展

◎八十路のいとこ四人展

期間：9月23日(金)～9月29日(木)

主な利用団体など	活動日
主催 こどもふれあい茶道	17
主催 大きなひょうたんランプ作り講座	7
主催 やさしいてならい講座	2
主催 心と身体のリフレッシュ講座	13
主催 手ぶらで楽しむアート講座	14
共催 秋の山野草展	17. 18
共催 いきいきサロンふれあい会	4
いきいきデイサービス	7. 14. 21. 28
南部地区民生委員児童委員協議会	5
衛生組合南部支部	6
club鷹山	6. 13. 20. 27
少年スポーツ卓球クラブ	2. 6. 9. 16. 18. 23. 28. 30
南部いきいき卓球クラブ	5. 7. 12. 14. 19. 21. 26. 28
米沢卓球ジュニアクラブ	4
南部卓球愛好会	1. 8. 15. 22. 29
米沢卓球会	3. 7. 10. 14. 17. 21. 24
米沢卓愛会	4. 11. 18. 25
ふれあい囲碁愛好会	1. 8. 15. 22. 29
将棋愛好会	5. 12. 19. 26
南部健康麻雀クラブ	7. 14. 21. 28
ストレッチ体操会	6. 13. 20. 27. 30
笑いクラブ	9. 16. 23. 30
元気にこにこ会	1. 8. 15. 22
ヨガの会	6. 13. 20. 27
SW吹矢米沢上杉支部	13
米沢道標クラブ	7
南部生花クラブ	12
料理クラブ	22
つくるめ会	8. 15
コスモス会	16
琴城流大正琴	9. 30
杉の目会	6. 20
あづま山草会	4
米沢山の会	7
新日本婦人の会	11. 18
美文字の会	1. 8. 15
春山会	14. 28
南部ふれあいGG愛好会	22
米沢ひょうたん愛好会	8. 22
年金よねざわ俳句会	15
米沢PG協会	5
つる遊びあむあむ	14
絵手紙の会「秋桜」	1
自彊術教室	1. 8. 15. 22. 29
ワックス清掃(午前中は入館できません)	29
祝日には国旗を掲揚しましょう 南部地区市民憲章推進委員会	19(月)敬老の日

南部地区の人口と世帯

男 4,604人(-16)
女 4,316人(-10)
世帯 4,374世帯(-5)
8月1日現在
※()内の数字は前月との比較



移動図書アタゴオル 今月の巡回日

10月19日(水)

10：00～10：30



貸し出し期間を
守りましょう