

南部地区ふれあいウォーキング

☆南部地区の良さを再発見☆

9月9日（土）、「南部地区ふれあいウォーキング」が地区民や南部小の親子連れ、各種団体の方々、46名の参加をいただき開催いたしました。

今年は「南部地区ウォーキングマップ」の南・西エリアを織り交ぜた約3kmを、歩いていただきました。台風13号の影響で雨も心配されましたが、曇り空で若干涼しく、絶好のウォーキング日和でした。

始めに、実行委員長の南部地区スポーツ協会 齋藤会長に朝のあいさつをいただき、南部コミセンをスタートし愛染明王・東町皇大神宮・昌伝庵・小嶋総本店・太田町踏切手前から線路沿いを通り南米沢駅へ抜け、火の目観音堂・常安寺（雲井龍雄像）・照陽寺・山形大学工学部（講内）・一宮神社・南部公園をゴールに、途中歴史ある建造物を見ながら、ウォーキングを楽しみました。

ゴールの南部公園では、南部地区スポーツ協会の協力で、グラウンドゴルフの体験をしていただき、楽しくて何回もチャレンジしている子供もいました。

改めて、南部地区の良さを知るひとときで、参加者の皆様にも大変喜んでいただきました。



「自分自身で健康の大切さを！」

衛生組合連合会南部支部と南部コミセン共催による「健康教室」が例年以上に暑さが続き熱中症アラートが発令中のなか、去る8月23日（水）南部コミュニティセンター多目的ホールを会場に、各町内の衛生組合長・婦人協力班長の方々22名が参加して開催されました。

米沢ファミリー歯科・矯正歯科の大峯 潤先生からスライドによる講演をいただき、「口と歯の健康について」を演題に日頃からの手入れの大切さや定期的にメンテナンスを受けてほしい話がありました。

また、米沢市健康課の保健師から「熱中症に気をつける事や疑われるときの対処法等」の話があり、参加された方々は直接自分にも関係ある事で、日常生活の中での健康の大切さをしる有意義な公演でした。

衛生組合南部支部長 小林 秀一



【ひょうたんランプに心をこめます！】



今年度の「大きなひょうたんランプ作り講座～全4回～」は14名の参加をいただきました。参加された初めての方の中にはまずは、ひょうたんの大きさに驚かれ、作っていくことへの不安も口にされていたのですが、講師から細やかなアドバイスを受けながら、電動ドリルを使ってオリジナルのひょうたんランプ作りを楽しんでいました。

9月6日（水）の最終回、午前、午後の部それぞれに最後に発表会を行いました。作品に込めた想い、作ってみての感想など、ランプを灯しながら発表し、講師の米沢ひょうたん愛好会の小形会長さんから講評をいただきました。初めての方の楽しさが溢れる色とりどりのランプ、経験者の方の計算された見事な技術など、お互い、感心しながら話を聞き入っているようでした。

ランプは、10月から開催されるふれあいポプラ祭の展示部門でお披露目されます。どれも個性豊かな作品ですので見にいらしてください。



主催：南部地区スポーツ協会 共催：南部コミュニティセンター

グラウンドゴルフ 秋 教室と大会のお知らせ

令和5年度 グラウンドゴルフ秋の教室と大会を下記の日程にて開催いたします。グラウンドゴルフは、若い人から高齢者まで誰でも気軽にできるスポーツです。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

【教室】第1回 10月15日（日）午前9時00分～
第2回 10月22日（日）午前9時00分～
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】 10月29日（日）午前9時00分～
参加賞と入賞賞品を準備します。

【場所】万里橋上流の河川敷グラウンド・ゴルフコース

【参加資格及び参加費】南部地区在住の方、参加費無料

動きやすい服装、運動靴（普段着でも可能）

※天候等による開催可否は、当日8時までに当会ツイッターでお知らせします。



★ふれあいポプラ祭★ 10月28日（土）開催

※展示部門は10/1～11/30開催（詳しくはチラシをご覧ください。）

【シニアおもしろい楽校】

シニアの健康・生きがい・仲間づくりを目的に開催されている「シニアおもしろい楽校」の三回目が、8月25日に開催されました。

今回は、健康講話「健康長寿は 笑いが一番」として、ヒューマンメンタルヘルス研究所 我妻 淳一所長をお招きし講演をいただきました。

「笑い」には色々な効果があり、健康効果・心理効果・医学的效果など「笑い」の大切さをユーモアたっぷりにお話いただきました。

また、私達人間は必ず死ぬのに、いつ来るか分からない死の恐怖がある。自分の逝去日を計算し分かったら、様々な悩みの種が少なくなったり、自然体で生きることにより楽に生きられ、心の变化も生まれるとのこと。

生活の中に「笑い」やこころの健康づくり(メンタルヘルス)が



いかに大事か。実感する楽しいひとときでした。

私達も健康長寿のため、「笑い」とゆとりを持った生活を実践したいものです。

「夏休み人形劇のひろば」



「夏休み人形劇のひろば」が8月7日(月)に開催されました。

夏休みのひとときを、子供たちに人形劇を楽しんでもらおうと南部コミ

センが企画している事業です。

昨年は新型コロナウイルス感染防止のため、残念ながら中止となってしまいましたが、今年は南部学童クラブつくしんぼクラブの子ども達を中心に130人に、猛暑の中でしたが人形劇を楽しんでいただきました。

今年度も、青空クラブの「人形劇こども教室」に参加した、つくしんぼクラブの子どもたちが練習の成果発表として、3年生が自分達で作った、ペープサートのお花で音楽に合わせて「お花がわらった」を、4～6年生がセリフや人形操作に挑戦し「三びきのやぎのカーン・コロ・ゴロン」を公演し、仲間たちから盛大な拍手をもらっていました。

最後に人形劇団 青空クラブに「りゅうの目のなみだ」を公演していただきました。

子供たちの笑顔が印象的で、人形劇の魅力を十分味わうことができた楽しいひとときでした。



「心と身体のリフレッシュ講座」

心と身体のリフレッシュ講座第2回目は、マウナフラスタジオ主宰の伊藤智子先生を講師にお迎えして「フラダンスでロ

コモ予防講座」を7月12日(水)に行いました。

始めに先生から「フラ」とは、ハワイ語でダンスという意味があること、フラには、神に捧げる踊りの古典フラとハワイアンミュージックに合わせてゆったりと踊る現代フラの2種類がある事をご説明頂きました。

ワイキキの音楽に合わせて準備運動を行った後、レイと髪に花飾りをつけて、カホロ、カオ、カラカウアなどのステップを練習したり、波や魚等を手指で表現するハンドモーションを教えてくださいました。

ステップやハンドモーション、足の体重移動を繰り返し練習した後に、2班に分かれて発表会をし、皆さんとても楽しそうに踊っていました。心はフラガールです♪



世界で一番美しいとも言われるハワイ発祥の伝統舞踊、そして癒しのダンスを体験する事が出来て、とても有意義なひとときでした。

活動推進員 飯沼美由紀

米沢市総合防災訓練



米沢市総合防災訓練が10月1日(日)、午前8時30分～12時、南部小学校付近で実施されます。

南部地区での実施は、20年ぶりの開催となります。

当日は、避難所開設訓練、初期消火訓練、ライフラインの復旧訓練、火災防ぎょ訓練、県防災ヘリコプターによる上空偵察訓練等々、様々な訓練が実施されます。

訓練中、サイレンや通行規制等ありますので、ご注意ください。

南部地区の自主防災組織も参加していただきます。

参観もできますので、皆さんご覧ください。





季節を感じる大人のお花講座～冬編～

☆日 時：11月18日（土） ☆時 間：9：30～12：00

【ツリーアレンジを手作りして

X'mas 気分を盛り上げましょう！】

☆対 象：どなたでも ☆定 員：20名

☆講 師：（有）フラワーコーディネート フロリコル

峯田 勝枝氏

☆教材費：3,000円

☆受付開始：10月2日（月）より



まちなか歴史夜話

☆日 時：11月28日（火） ☆時 間：19：00～20：30

【米沢の地名と伝説】

☆対 象：どなたでも ☆定 員：20名

☆講 師：米沢市芸術文化協会 副会長 清野 春樹氏

☆受付開始：10月10日（火）より

防犯協会
南部支部

地域防犯特別講習会

●入場無料・申込不要●

日 時：令和5年11月18日（土）

午後1：30開場 2：00開会～3：30閉会

会 場：南部コミュニティセンター

演 題：【悲惨な犯罪から子どもを守るには！】

講 師：清永 奈穂氏

主催 / 米沢市防犯協会南部支部

お問い合わせ：090-9635-0515（担当：関原）

後援 / 米沢警察署・大門交番所・南部小学校PTA

●南部コミュニティセンターに回収箱を設置します●

「使用済小型電子機器の回収とフードドライブを行います」

設置期間：令和5年10月17日（火）～10月22日（日）

小型電子機器の回収

携帯電話・ラジカセ・DVD プレーヤー・ノートパソコンなどの電子機器には、希少金属が含まれています。

ごみの減量と資源のリサイクルのため、「小型電子機器の回収」にご協力ください。

フードドライブ

食べられるにもかかわらず食品が捨てられてしまうことを食品ロスといい、1人あたり毎日茶碗約1杯分の食品ロスが発生しています。

「フードドライブ」とは、使いきれない未使用食品を持ち寄り、福祉団体などに寄贈する活動のことをいいます。

食品ロスになる前に、ご家庭で眠ったままになっている食品があればぜひお持ちください。

※担当：環境生活課廃棄物対策担当 TEL 22-5111

主な利用団体など	活動日
主催 こどもふれあい茶道	7. 21. 28
主催 心と身体のリフレッシュ講座	4
主催 わくわく体験教室	7
共催 いきいきサロンふれあいの会	8
共催 シニアおもしろい楽校	11
南部地区民生委員児童委員協議会	5
社会福祉協議会南部支部	2. 14
防犯協会南部支部	10
衛生組合南部支部	4. 18
南部地区スポーツ協会	5
南谷地小路町内会	21
免許町下通り町内会	15
club鷹山	3. 10. 17. 24. 31
少年スポーツ卓球クラブ	6. 13. 20. 24
南部いきいき卓球クラブ	2. 4. 9. 11. 16. 18. 23. 25. 30
南部卓球愛好会	5. 12. 19.
米沢卓球会	4. 7. 11. 14. 18. 21. 25
米沢卓愛会	8. 15. 22
ふれあい囲碁愛好会	5. 12. 19. 26
将棋愛好会	2. 9. 16. 23. 30
南部健康麻雀クラブ	4. 11. 18. 25
ストレッチ体操会	3. 10. 20. 24. 31
笑いクラブ	6. 13. 20
元気にここに会	5. 12. 19
エンジョイ吹き矢愛好会	10. 17
南部生花クラブ	16
あづま山草会	8
米沢山の会	4
米沢道標クラブ	4
琴城流大正琴	6. 13
杉の目会	3. 17
美文字の会	5. 19. 26
つくるめ会	12. 19
新日本婦人の会	8. 15
米沢緑隆会	3. 10. 17. 24
年金よねざわ俳句会	19
米沢ひょうたん愛好会	12. 26
米沢PG協会	3. 10. 31
自然エネルギーを考える会	10
絵手紙の会「秋桜」	2
つる遊びあむあむ	25
GCCY日本語教室	3. 10. 17. 24. 31
自彊術教室	5. 12. 19. 26
ワックス清掃（午前中は入館できません）	26
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	9日（月）スポーツの日

南部地区の
人口と世帯

男 4,560人（-19）

女 4,256人（+1）

世帯 4,395世帯（-2）

9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11日（水）

10：00～10：30

貸し出し期間を
守りましょう！