

広幡コミュニティセンターだより

桔梗 —ききょう—

平成 27 年 8 月 1 日発行

広幡コミュニティセンター

第316号

TEL 37-5276

Fax 37-6434



親子ふれあいセミナー 親子で豆腐づくり体験



7月4日（土）広幡コミセン主催事業【親子ふれあいセミナー】を行いました。

今回は、地産地消をテーマに地元で収穫した大豆を使っの豆腐づくりです。講師の島貴稔さん（大沢）より、大豆の栄養についてのためになるお話しや、家庭でもできる豆腐の作り方を教えていただきました。

当日は、広幡小学校の2学年が学年行事として参加。はじめて体験する豆腐づくりにこども達も興味津々な様子でした。豆腐づくりの際にでたおからも体にととても良いので、ホットケーキミックスと牛乳を加えておからドーナツに変身。余すことなく大豆をまるごと頂きました。みんなで力を合わせて作った豆腐とドーナツは味も格別で、みんなでおいしくいただきました。

お父さん、お母さんに見守られ、こども達の笑顔も印象的でした。ご家庭でもまたチャレンジしてみてください。

★広幡コミセンホームページを開設しています。ぜひ、パソコンで検索してみてください！

<http://www5.omn.ne.jp/~hiroh-co/> または広幡コミセンで検索

広幡コミセン QRコード



自然を満喫！トレッキング教室



7月12日（日）第1回トレッキング教室が行われ、裏磐梯の雄国沼（おぐにぬま）に行ってきました。午前中のコースは『雄国せせらぎ探勝路（中級者コース）』。ガイドの案内で、ブナの巨木「ブナ太郎」や、サロメチールの匂いがする植物などを見ながら雄国沼まで登りました。沼の周辺には、ニッコウキスゲの群生があり、花の黄色、雲一つない青空、山の緑、水の青と素晴らしい景観でした。

午後のコースは『雄国パノラマ探勝路（中級者コース）』。雄国山山頂からは、360度の眺望が楽しめ、磐梯山、安達太良山、西吾妻山、飯豊山などを眺め、見下ろせば、喜多方市が一望でき、ある参加者からは『喜多方にキタカタ！』との素晴らしいダジャレも飛び出していました。普段では味わえないような自然の世界に出会うことができ、良い休日になったと思います。

秋には第2回目のトレッキングが予定されています。ぜひ興味のある方は参加してみてください。



アロマヨガ・ピラティス教室で心身もリラックス



昨年に引き続き、アロマセラピーアドバイザー 大久保せつ子さんを講師としてアロマヨガ・ピラティス教室が開講いたしました。

早朝より大勢の方に参加していただきましたが、ゆっくりと流れる時間の中でじっくり身体をほぐしていきました。性別や年齢を問いませんので 体力に自信の無い方でも自分のできる範囲で強度や難易度を多様化させることができる運動です。

今年は7月に2回、8月に2回の計4回の開催となります。皆さん無理なくがんばっていきましょう。

ゆとり講座 ～シニアの社会科見学～

7月14日（火）好天に恵まれ「ゆとり講座の社会科見学」を実施しました。紳士、淑女22名の参加者を乗せ、山形県庁へ。

県庁では、展望室、県議会本会場（地元議員の席を確認）、知事室の予定が知事応接室に変更…吉村知事の登場にうお〜とどよめき、思いもよらぬサプライズ、記念写真に全員ご満悦。ちょっと困ったサプライズも…見学途中で火災発生！当日は火災訓練日との事で一安心しました。昼食は、山形国際ホテルでランチバイキングを十二分に堪能し満腹満腹。その後の県立博物館見学は、脳に新鮮な刺激をあたえる予定でしたが、満腹のお腹を抱えてどうだったでしょうか？最後は、六田麴。松尾芭蕉も山寺に行く途中で食したとされる麴をいただき、いざ！両手いっぱいにかかえ帰路に。充実した社会科見学でした。



～編み物教室～ 出来上がりが楽しみです！

7月16日（木）、第3回編み物教室を行いました。

今回も前回に引き続き、それぞれの好きなものを編んでいきました。みなさんご自宅でも頑張って編んできたようで、中には早くも1作品目を仕上げてきた方もいらっしゃいました！それぞれ作品は違っても、みんなで見せ合うと張り合いがあるので、楽しく作品作りに取り組みました。

作品はコミセンブログでも紹介していますので、ぜひご覧ください♪



自慢の料理を披露…男の料理倶楽部



今回からはグループ分けをして、担当班が献立を考え食材等の準備をし、参加者全員で調理をするスタイルとしました。

第1班のメニューは「スペアリブ・シシカバブ・ごぼうのからあげ」等、スタミナ満点の肉料理をメインに調理しました。結構な大きさのスペアリブは焼き加減が難しく、シシカバブは皆初めての調理でハンバーグの様な出来上がり、ごぼうのからあげは酒の肴にぴったり。ニンニクのオイル焼きや野菜焼き（トマト、ピーマン、茄子）なども追加され沢山の料理となりましたが、ほぼ完食しました。

次回はどんなメニューになるか楽しみです。

はつらつセミナー

～置賜三十三観音霊場巡り～

今年度のはつらつセミナーは、広幡小学校北側の上小菅観音堂が一番札所で始まる「置賜三十三観音霊場巡り」です。

7月26日（日）米沢女子短期大学の原准教授を講師に招き「日本の巡礼の歴史とその特色」と題した座学を受けてからのスタートとなりました。

第1回目は、上小菅観音から始まり、遠山観音～笹野観音～火の目観音～赤芝観音～小野川観音の合計6ヶ所を観音堂の由来や御詠歌のお話を聞きながら巡ってきました。

大変暑い日でしたが、参加者一人一人が観音様の大慈大悲の御心に触れ心静かに参拝した様子でした。

「置賜三十三観音霊場巡り」は、今年度と来年度の2ヶ年にわたり実施し、三十三カ所を巡る予定です。



振興会と市土木課、地区内を検分

毎年恒例となっている地区内検分を7月24日（金）午後4時より、土木課長補佐以下4名と、振興会14名にて行いました。

検分箇所は、各部落からの要望事項を検討し8カ所を検分。振興会長、各部落長から熱く要請し、その後、検分に係る説明会と意見交換会を行い、今後の要請に対する見通し等の説明を受けました。

また、国道287の通学路歩道の草刈りに関しては、要請はしているが直ちには厳しいとのことと、担当者より「山形県マイロードサポート事業」というのがあるので、広幡地区でも検討してはどうか？との話があり、当地区でも検討する事となりました。



地区総合体育大会

今年の優勝は沖仲チーム

地区総合体育大会を振り返って・・・

去る6月28日(日)の球技大会をもって本年度の全日程を無事終了しました。

あいにくの天候で中止、種目変更等があり、少なからず結果に影響があったかとは思いますが、「球技三種目優勝」で運動会の出遅れをひっくり返した沖仲部落が久しぶりの総合優勝!!今はどのチームが勝ってもおかしくない状況に…下小菅の運動会連勝も続いています。

来年もまた楽しんで頂けます様企画、運営して参りますのでご協力お願いいたします。

(広幡体協会長 古山 剛)



【体育大会総合結果】

種 目	成 島		小山田		沖 仲		西 方		下小菅	
	順位	得点	順位	得点	順位	得点	順位	得点	順位	得点
スキー大会	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
運動会	2	16	4	8	3	12	5	4	1	20
ソフトボール	5	1	3	5	1	10	4	3	2	7
ソフトバレーボール	3	5	2	7	1	10	5	1	4	3
グランドゴルフ	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
ゴルフ	2	7	3	5	1	10	4	3	5	1
合 計		49		45		62		31		51
順 位		3		4		1		5		2



～生活福祉協会、衛生部『健康教室』開催～



7月12日(日)広幡コミュニティセンターにおいて、恒例になりました『健康教室』を今年も健康運動指導士の鹿俣先生を迎え開催することができました。

はじめに、健康課の保健士、後藤さんより熱中症に気を付けなければいけないということをお話していただき、今回のテーマである『ひざ痛・腰痛を防ごう』について鹿俣先生に講話をしていただきました。

講話の後、バランスボールを使って、硬くなった体全体の筋肉をほぐし、筋肉を鍛えるストレッチを指導していただきました。参加者達も硬くなった体をボールを使ってのストレッチは、笑顔がなくなるほどたいへんでしたが、ひざ、腰だけでなく、いろんなところの筋肉を鍛えることでひざ痛・腰痛が防げるとのことでした。大変良い時間でしたので、来年の健康教室には多くの参加者を期待しています。

お知らせ

✽桔梗の花苗をプレゼント✽

『桔梗の里、広幡』を地区内外にPRするため、桔梗の花苗を無料でさしあげます。

ご希望の方は、コミセンまでお越しください。

記

配布日 平成27年8月2日(日)
10:00～

場 所 広幡コミセン前駐車場

※先着300名、無くなり次第終了となります。お早めにお越しください。

(お一人様、1ポットです。)

《問い合わせ》 広幡コミュニティセンター
Tel.37-5276

◆広幡の夏まつり『盆踊り大会』の開催◆

広幡の夏まつり『盆踊り大会』が次の日程で開催されます。盆踊りの他に、今年も豪華賞品があたる抽選会やビンゴ、ジャンケン大会、恒例の打上げ花火を行います。ぜひご家族、お友達と御一緒にご来場ください。

記

日 時：平成27年8月8日(土)

◎開場 17:00～

◎開会 18:00～

場 所：広幡小学校グラウンド

※雨天の場合は、広幡小学校体育館で行います。

※詳しくは折込の手夏祭りチラシをご覧ください。

～サル出没！ご注意ください～

7月末頃から、広幡地区にもサルが出没し、被害情報がでています。サルは、集団でやってきて畑の農作物を食い荒らすなど悪さをするので、みんなで徹底して追払い、人に慣れさせないようにしましょう！

★アタゴオリ巡回予定日★

◆ 今月は8月4日(火)です。

《巡回時間》

下小菅公民館 14:30～14:50

広幡コミセン 15:00～15:30

広幡小学校 15:35～16:05



(財)東北電気保安協会



暮らしと電気安全八月

生き活きひろはた スポーツ・文化コーナー

広幡スポ少、暑さに負けず頑張っています！



【大会結果】

- ★5年生女子シングルス
第1位 清野千里(南部 JBC)
第3位 小川菜々美
- ★5年生女子ダブルス
第1位 清野千里(南部 JBC)
第2位 加藤 結・小川菜々美
第3位 本間優華・鈴木海七
- ★4年生女子ダブルス
第4位 穴戸香美・嵐田実侑
- ★オープン高学年シングルス
第5位 佐藤 柊

7月18日(土)長井市総合体育館において、『第30回置賜小学生バドミントン大会』が行われました。

今年度はじめての全員参加の大会で4月より週4回の練習に増やし大会にのぞみました。

団員一人ひとり成長がみられ、一生懸命シャトルを追いかけて試合をしていました。
(スポ少バドミントン部長 寒河江勝徳)

◎7月26日(日)、『米沢市民総合体育大会バドミントン競技』が市営体育館で行われ、広幡地区は第3位というすばらしい成績結果でした。出場された選手のみなさん、お疲れ様でした。



ー8月の行事予定ー

- | | | |
|-----|----------------------|------|
| 2日 | ヨガピラティス教室 | |
| 3日 | スポ少 太鼓練習 | |
| 5日 | スポ少 太鼓練習 | |
| 11 | 誕生川河川改修期成同盟会 | 事務局会 |
| 6日 | 麻雀愛好会 定例会 | |
| 7日 | スポ少 太鼓練習 | |
| 11 | 麻雀愛好会 定例会 | |
| 8日 | 広幡の夏まつり「盆踊り大会」 | |
| 11日 | 米沢市社会福祉 特別弔慰金説明会 | |
| 20日 | 編み物教室 | |
| 23日 | ヨガピラティス教室 | |
| 11 | はつらつセミナー 置賜三十三観音霊場巡り | |
| 11 | 体協 サッカー反省会 | |
| 27日 | ママヨガティスの会 ヨガ | |
| 30日 | 男の料理倶楽部 | |

編集後記

七月は盛りだくさんのコミセン事業が行われました。どの事業も盛況のうちに終了いたしました。

さて、八月八日は、広幡の夏まつり「盆踊り大会」です。今年は、開場時間を例年より一時間早めて開催します。どなたでも気軽に参加できますので、夏の夜を楽しく踊っていただきたいと思います。奮ってご参加ください。

(A・Y)

◆国民の祝日には国旗を掲揚しましょう

市民憲章推進委員会でも提唱しておりますが、国民の祝日には国旗を掲揚し、祝祭日を祝いましょう。