

ニュースポーツで心地よい汗を流しながら

センターだより



東沢地区レクリエーションの日

種目体験会

先日の体育祭実行委員会において、来年度より『東沢地区体育祭』を改め『東沢地区レクリエーションの日』として今注目されているニュースポーツを競技するとの内容で開催することが決定しました。それに先立ち、ニュースポーツとはどのような競技なのかを実際に体験する種目体験会を、7月2日（日）に東沢地区交流センターを会場に開催しました。

参加者41名が集い、今回は『グラウンドゴルフ』『モルック』『カラーリング』の3種類を室内外にわかれて体験しました。それぞれの競技で歓声が上がりと、とても楽しんでいただくことができました。



グラウンドゴルフ



モルック



カラーリング



川西町健康レクリエーション大会

楽しく仲良く健康づくり

6月22日（木）、第48回川西町健康レクリエーション大会が4年ぶりに川西町総合運動公園にて開催されました。町内からおよそ200名の参加者が集い、お互いの親睦を深めながらレクリエーションを楽しみました。

朝はあいにくの雨模様でしたが、開会式が始まると同時に雨が止み、7地区対抗・個人対抗でグラウンドゴルフを行いました。

また、体験種目としてポッチャやモルックなどそれぞれの種目において大いに盛り上がりを見せました。



第1回健康教室（介護予防事業）

フレイル予防で健康ライフ

7月12日（水）、今年度第1回目の健康教室を開催しました。今回は米沢ヤクルト販売株式会社の三瀬直美さんを講師に、『フレイル予防』についてお話をお聞きしました。高齢期に心身の機能が衰えた状態を『フレイル』といい、要介護になる危険が高いといわれています。

健康的に楽しく生活するために、『積極的な社会参加』『運動習慣をもつ』『栄養価の高い食事をしっかりと噛んで食べる』ことに留意しながら人生100年時代を健康に過ごしましょう。



第2回 ゆうゆう大学東沢地区学部

歌って健康♪音楽療法♪

7月5日（水）、第2回ゆうゆう大学はドルチェ音楽教室（米沢市）主宰の佐藤優香さんを講師にお招きし、参加者11名が音楽療法に触れました。

『音楽療法』という言葉は聞き馴染みのない言葉ですが、昔懐かしい歌を歌うことで脳が活性化されて認知症予防に繋がったり、歌う際に喉の筋肉を使うことで誤嚥防止に繋がるそうです。参加された方からは『久々に声を出して気分が晴れた。』とても楽しかった。』と嬉しいお声を多くいただきました。



第3回 趣味の講座事業

手づくり風鈴で涼風を

7月8日（土）に第3回趣味の講座を開催し、今回は手づくり風鈴を制作しました。短冊部分は、筆ペン絵文字『凜』の金子由美さん（米沢市）を講師に、カラー筆ペンを使い『星に願いを』と筆ペン絵文字で描きました。習字とは違い、かわいらしい文字がとてもおもしろいです。傘部分には夏らしいシールを貼り、オリジナル風鈴が完成しました。少し時間は掛かりましたが、皆さんのご自宅でステキな音色を奏でてほしいですね。



第53回東沢地区納涼夏祭り 開催!



4年ぶりの開催です。ステージイベントには大舟熊野神社のお囃子やロックの大臣が登場!最後にはお楽しみ抽選会もありますよ!ご家族・ご近所お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

【前売券】 のみものセット 1,500円

生ビール、樽ハイ、ハイボールから選べる3杯
※さらに1杯サービス券つき

たべものセット 1,000円

フランクフルト&ポテト、焼きとり、焼きそば
※さらにジュース2本サービス券つき

【当日券】	生ビール	500円、フランクフルト&ポテト	200円
	樽ハイ	500円、焼きとり(もも5本)	500円
	ハイボール	500円、焼きそば	300円
	日本酒	300円、冷やしきゅうり(2本)	100円
	ノンアル	200円、イカ焼き	時 価
	ジュース	100円、かき氷	無 料

【その他】 ①前売券を購入される際は、各部落公民館長へお問合せ下さい。7月19日(水)以降の前売券は、センターへお問合せください。

②駐車場につきましては、旧農協東沢取次店、農事組合法人夢里、旧東沢地区交流センター跡地をご利用ください。また、今年度は駐車場に誘導員を配置いたしませんので、事故には十分にご注意ください。

夏季休館のお知らせ

お盆休みと事業振替のため、下記の期間を休館とさせていただきます。休館中に交流センターをご利用の方は、8月9日(水)まで施設利用申請書をご提出ください。期間中に万が一緊急のご連絡がありましたら、事務局長・佐々木までお電話いただきますようお願いいたします。

なお、毎週木曜日に開催しているいきいき百歳体操もお休みとなります。8月24日(木)より再開いたします。

【期 間】 8月10日(木)～8月17日(木)

【連絡先】 090-6220-6478(事務局長・佐々木)

これからの事業予定

7月	14日(金)	企画委員会
	18日(火)	各種検診
	19日(水)	運営委員会
	23日(日)	新施設『OND』グランドオープン
	29日(土)	東沢地区納涼夏祭り
8月	3日(木)	青パトネットワークリレー
	11日(金・祝)	かわにし夏まつり

東沢地区交流センター 公式LINE

東沢地区の最新情報を随時配信中です!

【ID】@871glyyg(871 ジーエルワイワイジー)



ニホンザルの被害が多発しています!



7月に入ってから大舟上・中部落でのニホンザルの目撃や農作物等の被害が相次いでいます。見かけてもそのままにしておくとな人慣れが進みますので、「人間は怖いもの」と教えるためにも追い払いを行いましょう。目を合わせたり、近寄ったりすると襲ってくる可能性があります。

また交流センターに電気柵を1台配備しておりますので、ご利用になりたい方はご連絡ください。

東沢写真部

File.20

6月20日(火)、小松小学校の4年生のみなさんが上奥田の圃場において豆植えを行いました。おいしい豆に育つよう丁寧に、そして楽しく作業をしていました。

