

令和 2年 8月 第41号

ふれあい



一関市室根市民センターだより



子ども土曜塾

楽しく手作り！アイスクリーム

8月2日(日)室根市民センター事業「子ども土曜塾」では、「ひんやりスイーツを作ろう！」と題して小学生を対象とした体験教室を開催しました。

毎年夏休みに開催していた流しそうめんに代わって企画されたもので、新型コロナウイルスの影響から、募集人数を縮小しての開催となりましたが、青年ふれあいの協力のものと、今回は14名が参加し、冷凍庫を使わないアイスクリーム作りに挑戦しました。

作り方としては、牛乳、生クリーム、砂糖を混ぜたものを密閉袋に入れ、さらに大きな袋に氷と塩と一緒に入れ、袋ごとタオルで包んで振ります。時々中を確認しながら振り続けると、10〜15分ほどでアイスクリームが出来上がりました。

出来上がったアイスクリームはカップに入れ、好みのトッピングをしてみんなで食べました。

アイスクリーム作りの後には、お楽しみとして青年ふれあいの皆さんからカラフルな綿あめが配られました。最後に、みんながスイカ割りをして、目隠しをした子の棒が見事スイカに命中すると、周りから大きな歓声が上がっていました。

暑い中での開催となりましたが、お楽しみで夏の思い出となりました。

一関市体育協会

ノルディックウォーキング&ヨガ

一関市体育協会では、「ノルディックウォーキング&ヨガ in むろね2020」を開催します。

「ノルディックウォーキング」とは、2本のポールを使用するもので、一般的な歩行運動と異なり、上半身の筋肉も積極的に使われるウォーキング方法です。年齢性別を問わず気軽に楽しみ、無理なく身体を動かすことができます。

ウォーキングとヨガで、気持ちよく汗を流してみませんか？

開催日：9月12日(土)

9時30分〜12時30分

※少雨決行。

雨天の場合はウォーキングのみを行う予定です。

集合：室根体育館

持ち物：マスク、タオル、スポーツドリンク

※運動靴、動きやすい服装でご参加ください。

対象：一関市民(市内在住及び勤務の方)

定員：20名

※定員になりしだい、締め切らせていただきます。

詳細、お申込みにつきましては、室根体育館(☎：64-2611)までお問合せ下さい。

たくさんのご参加を、お待ちしております！



行事予定 ※16日～翌月15日までの予定を掲載しています

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定の行事が変更・中止となる場合がございます。

ご不明な点は、各開催場所へお問い合わせください。

月日	行事内容	場所	時間
8月	17(月) 健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター	10:00~12:00
	24(月) 健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター	10:00~12:00
	30(日) 東日本軟式野球大会(2部) 一関市予選	室根野球場	
9月	3(木) エンディングノート作成講座 第1回	室根市民センター	13:00~14:30
	6(日) 東日本軟式野球大会(2部) 一関市予選 及び(1部) 磐井ブロック予選	室根野球場	
	7(月) 健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター	10:00~12:00
	8(火) 陶芸教室 第3回	あすみ工房	8:45~
	10(木) エンディングノート作成講座 第2回	室根市民センター	13:00~14:30
	13(日) 東日本軟式野球大会(1部) 磐井ブロック予選	室根野球場	
14(月) 健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター	10:00~12:00	

【掲載記事の訂正について】

前月号に掲載いたしました「むろね国際交流クラブ」記事について、活動人数を6名と紹介しましたが、「むろね国際交流クラブ」は現在、「一関市国際交流協会 地域交流部会」として活動しており、所属している会員数は、室根地域で約30名となります。お詫びして訂正いたします。

編集/発行：一関市室根市民センター
 〒029-1201
 岩手県一関市室根町折壁字大里 201-1
 TEL. 0191-64-2347
 FAX. 0191-64-3044
 E-mail: mmachikyo-kt@tiara.ocn.ne.jp

【編集後記】

ようやく梅雨が明け、暑さが一気に本格化してきましたね。市民センターで生まれたツバメのヒナたちも、今年はカラスの難を逃れ、梅雨明けと同時に無事に巣立っていったようです。

新型コロナでは、岩手県内での感染が確認されるなど、不安に感じることも多い日が続いていますが、たださえ暑さで気力体力が削がれるこの時期、今一度、手洗い・消毒に加え、バランスの良い食事や睡眠で普段の体調を整えておきましょう！

外出時のマスクもお忘れなく！ (T.K)

青年ふれあい塾 エコキャップで 世界にワクチンを届けよう!

室根市民センター青年ふれあい塾では、地域の皆様のご協力のもとに集まったエコキャップを、6月23日(火)に仙台の回収業者へ搬送しました。

毎年エコキャップ運動として継続しているこの活動は、集められたペットボトルのキャップをポリオワクチンに換えて世界に届けようというものです。約1年半の間に集まったエコキャップは235kg。個数にして10万1000個という結果となりました。これは、約117人分のワクチンに相当します。

地域の皆様のご協力を持ちまして、今回もたくさんエコキャップを回収することが出来ました。誠にありがとうございました。

成人教育 陶芸教室 開催



室根市民センターでは、7月7日(火)に「陶芸教室」の第1回目を開催しました。

今年の教室には、10名が参加し、一関市殿美町の「あすみ工房」で陶芸作品を作りました。

参加者の半数が初めての参加という事で、講師の小山澄江さんから、コーヒーカップや茶碗などの作り方を例に、陶芸のやり方について教わりました。その後、実際に制作する際には、成形のコツなどについても聞きながら、それぞれが思い描く完成品を目指して熱心に取り組んでいました。



エコキャップ運動は今後も継続してまいります。回収できるキャップについて、今一度、「確認」ください。

- ・きれいに洗い、乾いているもの
- ・飲料用ペットボトルのキャップのみ
- ※調味料やサブリメント容器、缶製品のフタ、注ぎ口つきキャップなどは回収できません。

引き続きのご理解・ご協力をお願い申し上げます。

【青年ふれあい塾からのお知らせ】

毎年、敬老の日に合わせて、米寿を迎える女性の方を対象とした「お化粧ブシゼント」を行っておりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度の開催につきましては中止とさせていただきます。

ご理解ご協力のほど、よろしくお願いたします。

《成人教育》 家族に贈るエンディングノート 参加者募集のお知らせ

室根市民センター成人教育では、「家族へ贈るエンディングノート作成講座」を開催いたします。

「エンディングノート」とは、その名の通り「人生の終末」について考えていることを記す「ノート」です。生前から終焉までのライフステージにおいて、あらかじめ家族やまわりの人に伝えたいことを書き留めておくことで、医療面のご、動けなくなった時の介護方法、葬儀、遺産相続、お墓のことなど、内容は様々です。

今回の講座では、「終活」について学びながら、エンディングノートを実際にご作成します。

講義日：9月3日・10日・17日(毎週木曜)
13時00分～14時30分(全3回)

受講料：1000円(エンディングノート代)

持ち物：筆記用具

定員：12名

申込期限：8月24日(月)まで

※定員に達し次第締め切らせていただきます。

詳細・お申込みにつきましては、室根市民センター ☎：64-2347(まで)お問い合わせください。

自分自身や身の回りの人達の、より充実した「これから」のため、終活について一緒に考えてみませんか？

文芸

(短歌・俳句・川柳)

川柳

水田の色が揃わぬ雨続き
七夕に願いをこめて市民センター
矢越 小野寺 喜三郎

母の日の紫陽花ながめ癒される
夕焼けの空を眺めて腰そらし
折壁 ゆつき

御葬式コロナの所為で拜むだけ
コロナには感染しない岩手県
世界中コロナ蔓延真の危機
矢越 加藤 光春

水たまり梅雨の晴れ間にかかる虹
食卓に並べた料理自家野菜
頂いた十万円は車検代
折壁 昭和 小葉

コロナには岩手の0が素晴らしい
コロナには大和魂奮い立つ
津谷川 三浦 安幸

《選者詠》
GOTOでさらに蔓延るコロナ菌



短歌

～ 佐藤 知男 選 ～

皆言ううちの筒美味しいと
年取ると体あちこちガタがきて
今日も三軒病院梯子
矢越 加藤 光春

暑さに耐え庭に咲きたる罌粟の花
色褪せずして長く咲きおり
散策に心和める山路来て
何やら床し片栗の花
津谷川 三浦 安幸

雨止みてさらに色増す新緑を
朝の静寂の窓より望む
退院も間近となりて病院の
窓より望む古里の山
矢越 小山 富子

庭先にホタルブクロが咲き競う
季は移ろいて初夏の訪れ
養蚕し亡母が織りたる絹衣服
牟寿の吾が身肌に優しき
津谷川 小野寺 向子

洋服は数多あれどもあらかたは
着ることもなく母逝きにけり
腕時計残して全て処分せり
遺影の母に承諾求む
折壁 雷 風

《選者詠》
胸赤き蠍が空を這ひてをり
星のざわめき聞こゆる夜に

俳句

～ 村上 群青 選 ～

紫陽花の色とりどりが雨に映え
蝸牛紫陽花の葉で雨宿り
折壁 千山

立葵逝きたる母の姿かな
初茄子や植えたる人の今は亡き
折壁 雷 風

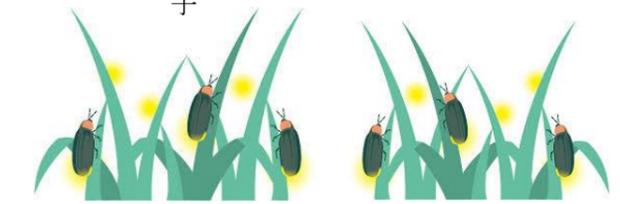
晩酌の夕餉楽しむ胡瓜揉み
ぱっと咲く紫陽花の花白ピンク
津谷川 三浦 安幸

毎朝の食卓飾るミニトマト
良く熟れたトマトをかじり医者いらす
矢越 加藤 光春

短冊に込める願いや星祭
合図して燕の番い交代す
折壁 小林 和

紫陽花の色変わるごとく空模様
子の腹に寝相気遣う夏布団
折壁 涼 月

新茶の香ひとときひたる至福かな
歩を運び運びてよりの若葉陰
折壁 佐藤 川古



「ふれあい文芸」コーナーでは、投稿作品を募集しています。毎月15日が締切りとなっておりますので、郵送もしくは室根市民センターへ直接お持ちください。選者による添削ののち、選ばれた句が掲載となります。皆さんの投稿をお待ちしております！