

マイタウン井田川

令和5年(2023年)10月5日

10月号



発行:マイタウン井田川まちづくり委員会 文化広報部
鈴鹿市西富田町11 鈴鹿市立井田川公民館 TEL378-9390

No.208

メロディ教室

井田川公民館

8月28日(月)メロディ教室を開催し、14名の参加がありました。
まず、準備運動で「幸せなら手をたたこう」を歌い、手をたたこうの部分を「足踏みや太ももたたこう」に言い換えて歌いました。次に口の体操ということで「あいうえおーおえういあー」とだんだん音階を上げてか行・た行と同じように口を動かしました。「歌をうたいましょう」では「上を向いて歩こう」を歌い、「村祭」「証城寺の狸囃子」では、太鼓をバチや手でどんどんと演奏しながら歌いました。そして「三百六十五歩のマーチ」では「腕を振って足を上げてワン・ツー ワン・ツー休まないで歩け～」とイスに座って足踏みしながら元気よく歌いました。最後にグーとパーを使った簡単な介護予防体操をして終わりました。



アーティフィシャルフラワーでスワッグ作り教室

井田川公民館

9月7日(木)『アーティフィシャルフラワー』を使ったスワッグ作りをしました。
参加者は10名で、短い時間ではありましたが楽しんでいただきました。
緑の花材を広げ、そこにお花を一輪ずつフローラルテープで固定していきまし



ました。その後は、茎の部分に麻の紐を結び付け、吊り下げられるようにしました。
また、好きな色のリボン(ラファイヤ)を選び、細く割いたものをリボンの形に結び、グルーガンでくっつけて完成。形の良いリボンの結び方も教えていただきました。皆さんすてきな作品が出来上がり喜んでもらいました。ご参加いただきありがとうございました。今後も事業を計画しておりますので、ぜひご参加ください。



なかよし会

福祉部

9月8日(金)井田川公民館において、なかよし会が開催され、5組10名の参加がありました。今回はビューティペアの2人に来ていただき、バルーンマジックで楽しく過ごしていただきました。はじめにトランプのカード当てやアンパンマンとドラえもんが出てきたり、新聞紙を使ったマジックをしてもらい、不思議そうに見ていました。その後は細長いバルーン風船を使ってトイプードルなどの動物を作りました。風船をひねるときに何個か割れていましたが、参加のお母さんや福祉部の方も作り方を教えてもらいながら作っていました。お疲れ様でした。



サロン井田川 in 小田野町

福祉部



9月15日(金)小田野野会館においてサロン井田川 in 小田野町が開催され、16名の参加がありました。アルテハイム鈴鹿とHiまわり分団の方に来ていただき、防災と熱中症の劇を見せていただきました。詳しい内容については、前回と同じでしたので省略させていただきます。



裏面もご覧ください

スポーツウェルネス 吹矢体験教室 1回目

井田川公民館

9月11日(月)にはじめてのスポーツ吹矢体験教室を開催し、10名の参加がありました。まず、皆で準備体操をして吹矢の基本動作を一通り練習しました。基本動作とは“礼”をすることから始まり、“構え・筒を上げる・息を吐く・息を吸う・吹く・息を整える・礼をする”です。最初、なかなか一連の動作を覚えることが難しかったですが、最後の方には皆さん動作が様になっていかっよかったです。足は的の方に体を向け、45度にかきます。45度と理解しながらも開き方が小さくなってしまい難しかったですね。また、今回は3人ずつ交代し、的から6メートル離れた位置から矢を放つという練習をしました。矢は3分以内に全部で5本放ちます。最初は、的の中心を狙うことが出来なかったのですが回数を重ねるごとにコツを掴んだのか、皆さんの的の円内のより中心に矢を放つことができるようになりました。ご参加ありがとうございました。



高齢者お楽しみ会 (津軽三味線)

福祉部



9月12日(火)井田川公民館において、高齢者お楽しみ会が、開催され、37名の参加がありました。今回は津軽三味線『麗』の方が6名来ていただき、津軽三味線、太鼓を演奏して歌ってもらい、三味線の音に元気もらいました。「りんご節」「花笠音頭」「津軽じょんがら節」そして「黒田節」「尾鷲節」と、津軽三味線を堪能させていただきました。「いい湯だな〜」では「ここは鈴鹿のさつき温泉の湯」と替え歌にして歌っていました。また、「ドンパン節」ではみんなで手をたたいたり、膝をたたいたりして楽しく歌って楽しませていただきました。



メロディ教室

井田川公民館

9月25日(月)メロディ教室を開催し、10名の参加がありました。体をほぐす運動から始まり、昨日行われたF1の話などがありました。歌では、「里の秋」を歌い、栗では恵那川上屋の栗きんとんの話になり、栗で出来たおいしい食べ物を言い合っていました。「長崎物語」を歌った後、曼殊沙華(ヒガンバナ)は、彼岸になるとちゃんと咲いてくると、みんなで感心していました。「高原列車は行く」ではハンカチを振りながら歌い、「瀬戸の花嫁」では鳴子を「チャチャチャ」と鳴らしながら楽しく歌いました。



スポーツウェルネス 吹矢体験教室 2回目

井田川公民館



9月25日(月)は、2回目の体験教室で参加者は11名でした。前回と同様、3人ずつ交代し、的から6メートル離れた位置から矢を放ちました。前回はなかなか思うように的に矢を当てるのが難しかった方も的により中心に当てるようになっており、先生からも「この人は優秀だな」とお褒めの言葉をいただきました。この教室をきっかけに“健康づくり”を意識し、積極的に公民館運営事業の活動に参加いただけると嬉しいです。これからも公民館では、さまざまな内容の講座を開催していきますので、ぜひご参加ください♪

10月度行事予定

※今後の情勢により、中止または延期となることがあります。

- 10/12(木)・10/26(木) 配本/ふれあいライブラリー 13:30~14:00 井田川公民館
- 10/13(金) なかよし会 オカリナ・うた遊び 10:00~ 井田川公民館〈福祉部〉
- 10/16(月) 踊りの練習 13:30~ 井田川公民館〈福祉部〉
- 10/22(日) 井田川スポーツ大会 (ソフトバレーボール・ファミリーバドミントン)
8:45~ 井田川小体育館〈体育振興部〉
- 10/23(月) メロディ教室 10:00~ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 10/28(土) 井田川フェスティバル 10:30~ 井田川地区グラウンド〈青少年育成部〉
- 10/31(火) サロン井田川 in 和泉町 体力測定 10:00~ 和泉町公民館〈福祉部〉