



たて長編みバッグ作り教室

井田川公民館



7月24日(木)クラフトバンドを使ってA4サイズがすっぽり入るたて長編みバッグ作りをしました。17名の参加がありました。講師さんが、事前に下準備をくださったかごバッグの土台の紐をボンドでくっつけ、輪にしたものをすべて通します。たて紐から1本とばしに紐を輪の外側に引っ張り出します。1周出来たら2段目ですが、1段目に内側だった紐を輪の外側に出します。このように交互に計12回繰り返していきます。そして、底から29cm～30cmのところで縁紐を編んでいきます。最後に持ち手をたて紐の内側に差し込み、補強紐と張り合わせます。その後、持ち手部分に巻き紐を隙間なく巻き付け完成！作業時間が足りず・・・作業時間を延長して何とか完成させてくれました。それでもできなかった人は、お家で完成していただいた方も見えます。今後、お出かけの際お使いいただけると嬉しいです。



メロディ教室

井田川公民館



7月28日(月)メロディ教室を開催しました。参加者は12名でした。まず、指の運動から始まりストレッチや足の運動、かかとの上げ下げ等をしてから、「高校三年生」を18歳のころを思い出しながら、みんなで歌いました、「太陽がくれた季節」「憧れのハワイ航路」を歌った後、「本当にハワイへ行ったことがある人」と先生が尋ねると実際にいったことがある方もいました。

「川の流れるように」の後「三百六十五歩のマーチ」では、腕を振って足を上げて元気よく足踏みをしながらかっていました。「きよしのズンドコ節」では、「ズン、ズン、ズン、ズンドコ、チャチャチャ」と鳴子を鳴らしながらかいて楽しく身体全体を使って歌っていました。最後に肩回しや首を前後左右に回したり、膝に手をのせて大きく広げて深呼吸をして終わりました。

次回は、22日(月)10時から開催予定ですので、どうぞご参加ください。

サロン井田川 in 中富田町の町

福祉部



7月31日(木)サロン井田川 in 中富田町の町を開催し、16名の参加がありました。鈴鹿亀山消費生活センターの堂田さんからSNSでの「儲け話」や「ロマンス詐欺」の話を聞き、お金の話は警察(#9110)へ相談するように言われました。また、クーリングオフについても説明をしていただきました。アル

テハイム鈴鹿の菊山先生に骨密度の測定をしていただき、測定結果の説明もしていただきました。



なかよし会

福祉部

8月8日(金)なかよし会を開催し、10組24名の参加がありました。くれよん劇団から4名の方に来ていただき、虫捕りではトンボ、ちょうちょ、カマキリが出てきて、もみもみ、トントンとマッサージをしていました。エプロンシアターでは、お弁当バスにハンバーグ、卵焼き、ブロッコリー、エビフライが乗り、運転手はおにぎりでした。みんな熱心に見ていました。ペープサートや手遊びも楽しみました。パネルシアターは「いろいろ温泉」を楽しそうに見ていました。次回は、9月12日(金)の10時からミニ運動会を開催する予定です。



健康づくり体操

福祉部



8月21日(木)健康づくり体操を開催し、27名の参加がありました。丸くなって座り、座ったままの椅子を使ったストレッチを健康運動指導士の川浦先生に指導していただきながら、皆さん真剣に取り組んでいました。関節を動かすことから肘の曲げ伸ばしや船をこぐように動かしていました。家でもできる体操ばかりですので、ぜひやってみてください。最後に4人1組になって、ゲーム感覚でじゃんけんをして盛り上げていました。次回は、9月9日(火)10時からバンダイの音楽・脳トレを開催の予定です。お楽しみに！

メロディ教室

井田川公民館

8月25日(月)メロディ教室を開催しました。参加者は12名でした。残暑厳しい話から始まり、お手玉を使って手の甲にのせ、片手で掴んだり、「もしもしカメよカメさんよ」や「青葉茂れる桜井の」歌に合わせて二人一組になって相手に投げて、相手が受け取ったりして楽しみました。発声練習では「がぎぐげご〜」「ごげぐぎが〜」とか「だぢづでど〜」「どでづぢだ〜」と音階を上げて声を出していました。「四季の歌」を歌った後、先生から「どの季節が好きですか？」と聞かれ、春と秋と答えた人が多かったです。春は暖かくなり、たくさんの花が咲き、秋は景色がよくなり、木の葉が紅葉し、食べ物がおいしいとのことでした。「見上げてごらん夜の星を」や「ボケます小唄」「ボケない小唄」を歌った後、「高原列車は行くよ」をカラフルなハンカチを振りながら歌っていました。最後に整理体操をして終わりました。次回は、9月22日(月)の10時から開催の予定です。ご参加お待ちしております。



9月度の行事予定

- 9/7(日) 三重県知事・三重県議会議員補欠選挙 7:00~20:00 井田川公民館
- 9/9(火) 健康づくり講座 音楽・脳トレ 10:00~ 井田川公民館〈福祉部〉
- 9/12(金) なかよし会 ミニ運動会 10:00~ 井田川公民館〈福祉部〉
- 9/17(水) 苔玉づくり教室 10:00~ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 9/18(木) 配本/ふれあいライブラリー 13:30~14:00 井田川公民館
- 9/19(金) サークル代表者会議 10:00~ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 9/21(日)~9/30(火) 秋の全国交通安全運動〈地域安全部〉
- 9/22(月) メロディ教室 桐生小百合先生 10:00~ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 9/30(火) サロン井田川 in 小田野町・テクノ 小田町野会館 10:00~〈福祉部〉