

# 石川自治センター



## だより

第 51 号

発行所：石川自治センター

発行者：石川自治センター長 南條一夫

〒 963 - 7859

石川町字南町 36

Tel 26-1554 (FAX も同)

### 地元学講座開始まる



平成 25 年度の地元学講座が、6 月 12 日(水)8 名(男性 6 名、女性 2 名)で開講しました。開講式と合わせて第 1 回講座講師にホズミ・ソラの穂積良幸氏(北町)を招き、「石川の桜を食べよう」のテーマで開講しました。全日本花より団子選手権グランプリ賞に輝いた「桜のサバラン木苺とレモンのムース」の製作過程を分かり易く、流暢な会話の中で披露していただきました。良幸氏は菓子店の跡継ぎとして、高校卒業後東京の専門学校で学び、東京六本木ヒルズを始め銀座の一流店でのシェフとして修業され現在は、洋菓子をメインにご両親の和菓子とすみ分け製造販売しています。洋菓子には時代の波があり、地元の食材や健康を考えての甘味料や地域の食材の使用など製品へのこだわりが伺えた。又、オリジナルの商品開発には奥様のフォローが有難いと語った。最後に、石川の桜をイメージし製作された「桜のサバラン木苺とレモンのムース」職人の技を目の前で見て味わうことが出来ました。ありがとうございました。今後のご活躍をご期待いたします。



### レディース・スクール合同学級 「6月は体力づくり」



レディース・スクール 4 学級は、6 月 12 日(木)午後 7 時より町公民館において 28 名が参加し合同学級を開催した。今回のテーマは「基礎代謝をあげて太りにくい身体づくり」と題し、講師にひらた中央病院リハビリテーション科科長(理学療法士)廣田 智先生を招きおこなわれた。初めに、少しずつでも身体を動かすことの大切さやカロリー摂取についての講話等があり、その後廣田先生指導のもと全員で肩や腹筋、足腰の部分毎に運動をおこなった。運動をしないと心肺機能が低下し、体力の衰えが速いそうです。「今日からできる運動をはじめましょう」との廣田先生の言葉に、真剣に取り組む学級生の皆さんでした。心地よい汗をかき終了しました。

### まちなか朝市 7月は6、13、20、27日です。

まちなか朝市は、毎週土曜日午前 7 時 30 分～9 時 30 分頃まで開催中です。毎回お買上げの方先着 50 名様にプレゼントを差し上げています(品物はお楽しみに)。又、お客様の商品要望や配達のご要望にもお答えしています。是非ご来店ください。(雨天決行)



# まちなか工房つくっぺ活動報告「カブト(兜)完成しました。」

まちなか工房つくっぺ創作甲冑教室（講師 熊懷武彦）生徒数6名は、6月22日（土）の教室でカブト(兜)が完成しました。3月の教室開始から始まり、月2回の教室と自主活動により完成しました。ボール紙で作成したとは思えない出来栄えです。生徒一人一人の思いや努力が込められた力作です。作品は贈り物や地域のイベント活動に使用したいと伺いました。



熊懷講師と生徒さん記念撮影



完成した見事な兜



真剣な教室の様子

**教室休みのご案内…7月3日(火)～7月22日(月)の間、石川自治センターが参議院選挙期日前投票所となりますので、7月6日、13日、20日の藤手芸教室は休みとなります。問合せ石川自治センターまで。**

## 石川・新田寿大学元気に活動中



石川寿大学(委員長 千代田ハナ)は、6月18日(火)午前9時30分より町公民館で6月度の学習会を開催した。28名が参加し保健センター栄養管理士矢内貴子さんを講師に招き「生活習慣病を予防する食生活のポイント」と題し講話をいただいた。適正体重や栄養のバランス等や健康寿命、塩分摂取についてメモ等を取りながら真剣に学習した。



新田寿健康大学(委員長 吉田征治)は、6月20日(木)午前9時30分より新田ふれあいセンターで6月度の学習会を開催した。「夏を歌う」をテーマに、石川女性コーラスの皆さんを講師に招き、16名が参加しおこなわれた。準備運動から始まり、夏は来ぬ、カモメの水兵さんを大きな声で歌いました。案山子の歌は、頭と体を使って歌うなど、全10曲を楽しく、元気に歌っていました。

## 7月度行事予定

日	曜日	行事予定	備考
4	木	石川地区まちづくり三役会議 18:00～	石川自治センター
7	日	レディース猫啼移動研修 7:30～	山形市方面
10	水	レディース馬場町	自主学习
16	火	石川寿大学移動研修 8:00～	滝根町方面
17	水	地元学講座 9:00～	南町自治会館
18	木	新田寿健康大学 9:30～	新田ふれあい
24	水	青少協石川地区役員会 18:30～	町公民館
25	木	レディースきたす 18:30～	町民グラウンド
28	日	レディース外楨	自主学习
毎週	・土	まちなか朝市 7:30～	石川自治センター

**\*石川自治センターからのご案内**  
七月三日(水)より七月二十二日(月)の間、石川自治センター会議室が「参議院選挙期日前投票所」となります。午前八時三〇分から午後八時まで。