

26年もあと1ヶ月。日増しに寒さも厳しくなりストーブが恋しい季節になりました。



今年の大ヒット映画「アナと雪の女王」では、キレイな雪の結晶がたくさん出てきました。雪の結晶に魅せられた方は多く、古くは、江戸時代の大名がスケッチしたものが残っているそうです。江戸の町では雪の結晶をデザインした着物が流行し、家紋を結晶モチーフにする者もいたそうです。北海道大学の中谷宇吉郎博士も、その美しさに魅了された一人で「人間の眼が、今の10倍か20倍くらいに拡大されたら雪山など、もったいなくて、とても歩かれないだろう」「雪は天からの手紙だ」という言葉を残しています。

とは言え、4年連続の大雪に見舞われた私たちにとってはできれば、ほどほどにと言いたいところですね。皆さま、一年ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願いたします。

—良いお年をお迎えください！—

織り姫様みたいでしょ！ —昔のものづくり体験教室—



10月28日(火)、盛岡市手づくり村で「はた織り」を体験しました。手づくり村の工房には10台ほどのはた織り機があり、色とりどりの縦糸が渡されており

ました。それぞれ好きな色の手つむぎの糸を選びます。右足をあげて糸を通してトントン、次は左足といった具合に左右交互に織ります。最初はなかなか思うように織れませんでした。慣れてくると、リズムカルにトントン、トントンと織ることができるようになりました。選んだ糸によって仕上がりが全く違い、和風に出た方、単色で優しい風合いの方、モダンな雰囲気の方など、世界に一つだけの作品が出来上がりました。

今回でこの講座は終了ですが、染めもの、漆の蒔絵、はた織りを体験し、あらためて、日本文化の素晴らしさを実感することができました。

「館内清掃」にご協力ください！

各団体やサークルの皆さまからの自主的な声により毎年行われてきました館内清掃を本年は下記の日程に行うこととなりました。

皆さま、どうぞ、ご協力をよろしくお願いいたします！

実施日：12月16日(火) 13:15～
 さかえ館 健康交流ホール 集合



秋の自然観察教室



10月30日(木)、森の案内人 藤井彰さんを講師に、盛岡市にある岩山公園を観察してきました。

展望台からは市街地や岩手山、八幡平の奥羽山系。姫神山・早池峰山の北上山系までグルッと一望することができます。素晴らしい紅葉を楽しむことができました。



姿勢を正し歪みにさようなら —らくらく健康体操教室—



11月4日(火)、横手市「健康の駅」の佐藤久美子さんに「姿勢と体の歪み」についてお話をいただきました。姿勢が悪いと見た目が悪く老けた印象を与えるだけでなく、血

行不良になりコリや痛みが出てくること。さらに内臓を圧迫し様々な病気を引き起こすこともあるので、意識して姿勢を良くすることが大切であることを教えていただきました。同じ姿勢を長く続けないことや運動習慣を身に付けることも必要だそうで「らくらく体操」を継続して、無理なく筋肉を強化することが大切であることを学びました。

次回は、リズムにのって3B体操です。

手づくり い・ろ・い・ろ



○11月12日(水)、「ハンギングバスケット講座」で、樋渡文子さん(十文字町)を講師に、秋の葉や実を使ったリースを作りました。



○11月17日(月)の「ちりめんあそび教室」では、大橋壽子さんに、キキョウと菊の花を教えてくださいました。

○11月18日(火)、「飾れる！折り紙教室」ではポインセチアのリースを制作。たくさんの花びらをがんばって折りました。





おめでとうございます！

法務大臣表彰

前澤弘子さん(人権擁護委員)

人権擁護活動に長年ご尽力されました。

社会福祉功労厚労大臣表彰

栄民生児童委員協議会

民生委員優良活動団体として。



年末年始のお知らせ

年末年始の

行政サービスコーナー休業日・・・

12月27日(土)～1月4日(日)

☆行政サービスコーナーの業務(証明書発行)はお休みになりますが、交流施設「さかえ館」(貸し館)は日直がおりますのでご利用可能です。

☆ご利用の場合は12月26日(金)17:15まで使用許可申請書をご提出ください。

12月の予定表

- 1 (月) 栄ニバス・スプリング・三浦様・栄民謡同好会
よろず・さかえ卓球同好会・あいりす
- 2 (火) らくらく健康体操教室・栄ニバス・バレーボール友の会
RESET
- 3 (水) 手芸サークル・健康づくり気功療養術・花雅の会
栄GG・よこてっこFC
- 4 (木) 詩吟教室・円講座・栄ミニテニス
- 5 (金) 栄民児協・絵手紙サークル・栄ニバス・師仙会
横手南かがやキッズ
- 6 (土) 梅の里書道教室・すみれクラブ・実践倫理宏正会・
ADVANCE・横手バドミントン協会・栄小PTAバレー部
- 7 (日) 栄野球少・少・アサルトモンキーズ・舞ドリーム
- 8 (月) あいりす・栄ニバス・30サークルそつ子
しなやか体操・スプリング・よろず・さかえ卓球同好会
- 9 (火) 栄ニバス・バレー友の会・RESET
- 10 (水) おもてなし講座・健康づくり気功療養術
花雅の会・栄GG・よこてっこFC
- 11 (木) 詩吟教室・栄地区大正琴愛好会・円講座・栄ミニテニス
- 12 (金) 梅栄会教室・栄ニバス
- 13 (土) すみれクラブ
- 14 (日) 第47回衆議院議員総選挙
- 15 (月) ちりめんあそび講座・あいりす・栄ニバス・さらり
30サークルそつ子・しなやか体操・スプリング・よろず
さかえ卓球同好会
- 16 (火) 館内清掃・バレー友の会・栄ニバス・RESET
- 17 (水) 手芸サークル・健康づくり気功療養術・3B体操・栄GG
栄民謡同好会・花雅の会・よこてっこFC
- 18 (木) 詩吟教室・円講座・栄ミニテニス
- 19 (金) 絵手紙サークル・堂ノ前いきいきサロン・栄ニバス
師仙会・横手南かがやキッズ
- 20 (土) 梅の里書道教室・すみれクラブ・横手バドミントン協会
栄小PTAバレー部
- 21 (日) 栄野球少・少・フレンズ
- 22 (月) あいりす・栄ニバス・スプリング・30サークルそつ子
スプリング・よろず同好会
- 23 (火) あいりす・横手南野球少・少・バレー友の会・RESET
- 24 (水) 駅前仲間サロン・健康づくり気功療養術・3B体操
栄GG・花雅の会・よこてっこFC
- 25 (木) 詩吟教室・栄地区大正琴愛好会・栄ミニテニス
- 26 (金) ヒールアンド・ト・旭ニバス・横手南かがやキッズ
- 27 (土) すみれクラブ・栄童謡クラブ・ADVANCE
横手バドミントン協会
- 28 (日) 梅の里書道教室
- 29 (月) あいりす・30サークルそつ子
- 30 (火) RESET
- 31 (水) ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆



第23回県武術太極拳選手権大会

女子の部 24式太極拳A

優勝 鈴木あつ子さん(持田)

おめでとうございます



今月の主催講座

♡らくらく健康体操教室♡

とき 12月2日(火)

10:00~11:30

ところ 栄公民館 和室A・B

内容 らくらく体操・3B体操



♡婦人教養講座♡

とき 12月4日(木) 11:30~16:00

ところ ゲストハウス「平原」

内容 「雪花語り」鑑賞



♡中国茶・紅茶で

お・も・て・な・し講座♡

とき 12月10日(水) 13:30~15:30

ところ 栄公民館 和室A

講師 お茶を愉しむサロン

「さらさら」主宰 山田 あゆみさん



♡梅栄会教室・栄長寿の会・
金沢公民館「悠々講座」合同学習会♡

とき 12月12日(金)

10:00~14:00

ところ 栄公民館 和室A・B



♡ちりめんあそび講座♡

とき 12月15日(月) 10:00~16:00

ところ 栄公民館 研修室A

講師 大橋 壽子さん



♡わんぱく教室♡

とき 12月26日(金)

ところ 秋田県立スケート場

内容 スケート教室



(11月20日までの申請書提出団体のみ掲載)