

蒲生地区公民館だより



令和8年蒲生地区運動会

〈日時〉10月4日(日)9時スタート

〈会場〉蒲生グラウンド(雨天：蒲生体育館)

開会式9:00～

No	種目	個人/団体	参加対象(一般…高校生以上)
1	合同体操	個人	全員
2	ウルトラスーパーダッシュ(かけっこ)	個人	園児/小学生/中学生
3	運命の一打	個人	小/中/一般
4	上手く運んで!パン食って!	個人	小/中/一般
5	宝さがし	個人	園/小/高齢者(65才以上)
6	花吹雪(上・下集落対抗)	団体	全員(園児は保護者同伴)
7	借り人競争	個人	小/中/一般
8	今日も大漁	個人	全員(園児は保護者同伴)
9	七色の水 (雨天時中止種目)	団体	小/中/一般
10	自治会長に挑戦!	個人	全員

閉会式11:50～

No4は新種目の障害物競走です。最初に障害物(年齢によって違う)を走破してください。その後はご褒美の美味しいパンが待っていますよ。

No7は新種目です。紙に書かれお題に合う人を会場から見つけ、一緒にゴールを目指して下さい。

雨天の場合は体育館で行いますので、室内シューズをご持参ください。

秋の全国交通安全運動が始まります

9月21日(月)～

9月30日(水)



9月の講座内容は、岩美病院の神谷医師から聴く『ACPノートについて』もしもの時のために』についてです。
*当日に「わたしの心づもり」の冊子が配られます。
視聴希望の方は、事前の申し込みを一寸法師の館までお願いします。

楽集ネットワーク「健康講座」

◎9月9日(水) 午後3時～



明治安田健康マージャン初心者教室

●日時 9月17日(木)

午前9時30分～12時

○ところ 一寸法師の館

●対象 女性初心者

○申込み/問合せ 9/11(金)までに、一寸法師の館(☎76-0636)へお申込みください。



本庄・小田・岩井・蒲生
4地区公民館の共催事業です

大人も子どもも活きのいいヤマメに悪戦苦闘

夏の思い出のフォト



今年もたくさん子ども達が野外活動に参加してくれました。「今年は、ヤマメを絶対に5匹は捕まえる!」「魚のつかみ取りも楽しかったし、いっぱいゲームも面白かった! 初めてした射的はどきどきだった。」
「ぼくはいろんな味のかき氷を4杯食べたよ。」
子ども達のエネルギーと太陽がキラキラ照りつける暑い暑い蒲生の一日でした。



夏の疲れを癒してもらえたひと時でした。

この日のヨガ教室は、猛暑の疲れや盆前の忙しい日々をリセットしてくれる緩やかなひと時でした。「膝の痛い私にとって、椅子でのヨガはとても良かったです。」
「また山下綾乃さんのヨガ教室に参加できて嬉しいです。あちこちの筋が伸びて痛み持ちよかったです。」
「体幹を鍛えるポーズを忘れないようにします。」



今回の上映は、熟年夫婦の終活を明るくタッチで描いた「お終活♣再春! 人生ラプソディ」でした。感想をお聞きました。「お昼寝時間だったのに全く眠たくなかったです。とても面白くて、映画の中に引き込まれました。またちよくちよくお願いします。」
「映画の内容も上映の雰囲気も良かったです。思った以上に画面が鮮明で見やすかったです。」

8/21

次は時代劇もみたいです。



お知らせ

災害時の避難所での感染症予防などの対策として、一寸法師の館に空気清浄機「Airdog」が配布されました。



今年の中秋の名月(十五夜)は、9月25日です。中秋の名月は里芋の収穫期とも重なることで別名「芋名月」ともいわれます。

今の暑さを忘れ、あったかい「里芋だんご汁」を片手に十五夜を見上げたいものです。



里芋だんご汁の作り方

- ①里芋の皮をむき、塩少々を加えたたっぷりの水で柔らかく茹でる。
- ②①をボールに入れてつぶし、だんごの粉を入れてなめらかな生地になるまでこね、2cmぐらいのだんごに丸めておく。
- ③鍋にだし汁と一口大に切ったお好みの野菜を入れ煮込み、味噌を加える。
- ④②のだんごを③の鍋に入れ、だんごが浮き上がったらネギを散らす。丸いお月様のような里芋だんご汁の出来上がり。※里芋を入れることで「つるるん」感ができます。