

稲田コミュニティセンター広報誌



もった稲いもんだより



発行：稲田明るいまちづくりの会・稲田コミュニティセンター

発行日：令和7年9月12日

第 267 号



〒962-0043 須賀川市岩渕字岡谷地 32 番地 1
TEL 0248-92-2003 FAX 0248-92-2004
E-mail inada@city.sukagawa.fukushima.jp

稲田学園松明作り ～カヤ刈り～

8月30日(土)に稲田学園9年生、先生や保護者のほか、松明作り協力会、日本工営エナジーソリューションズ(株)の協力のもとカヤ刈りが行われました。

稲田学園で開会式を行った後、岩渕字日照田地内にあるカヤ場に向かい、協力会と保護者が刈取り、9年生と日本工営がカヤを束ねて立てる作業を行いました。

日差しが強く、とても暑い中での作業になりましたが、皆さんの積極的な協力や生徒たちの頑張りのおかげで、予定よりも早く終了することが出来ました。

今年も立派な本松明を作ることを目的に、生徒と地域の大人たちが一丸となってスタートを切ることができました。

次回は、9月27日(土)に竹切りとカヤ運びを行います。



第3回 宝の地図作成ワークショップ



8月27日(水)に稲田コミュニティセンターで第3回宝の地図作成ワークショップが行われました。

今回は、参加者が見つけた地域の宝を紙にまとめる「宝カード」の作成を行いました。

初めに、昨年の仁井田、大東地区の発表はどのように進められたのかを映像で見た後、稲田にはどんな地域の宝があるのか、話し合いました。

話し合いの後は宝カードを作成し、フィールドワークで訪れた場所やきれいな風景が見られる場所など、様々な宝をカードに書いて、地図を見ながら参加者同士で場所やエピソードを共有しました。

小塩江地区との合同発表会前の活動は、残すところあと1回となり、ワークショップも大詰めに迎えてきています。

合同発表会以外に、稲田地域で別な形でお披露目できる機会を設ける予定ですので、その時はぜひご覧いただき、「稲田の宝」を皆さんに知っていただければと思います。

稲田コミュニティセンター貸館紹介

8月19日(火)にフラワーアレンジメント作り教室が行われました。

稲田コミュニティセンターを利用している「花クラブガーデニア」さんが主催し、参加した方は最後まで楽しそうに作品を作っていました。

このように稲田コミュニティセンターでは、貸館も行っています。

利用したい方は、お気軽にコミュニティセンターにお問い合わせください。



第2回 成人教育講座 ～頑張らない筋トレ～



9月5日(金)に生涯学習スポーツ課主催の第2回成人教育講座「頑張らない筋トレ」が行われました。

講師にケ・クーロ 中野満貴先生をお招きし、日常生活で体を動きやすくするヒントを教えてくださいました。

動きの基本となる①体のポジションを整える、②体の中心部を意識する、③息を吐きながら行う、という大切な3つのポイントをふまえ、股関節や背骨のエクササイズなどを行いました。

参加者からは「頑張らない意味がわかりました。」「全然辛くないから続けられるよね。」という声が聞かれ、文字通り「頑張らない筋トレ」を体感されていました。

講座の最後には参加者からたくさんの質問も出て、とても有意義な時間となりました。





ぜひご登録ください！

稲田コミュニティセンター
Instagram



地域リハビリテーション活動支援事業

8月20日(水)に稲田コミュニティセンター利用団体の「ウルトラ体操」さんの活動に、地域リハビリテーション活動支援事業として理学療法士の廣田智さんがいらっしやいました。

地域リハビリテーション活動支援事業とは、高齢者の皆さんが、生きがいや役割、やりがいを持ち、いつまでも住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けられるよう、地域での取り組みを支援するため、年3回まで無料でリハビリテーション専門職を派遣する事業です。

今回は、これからも健康的に自分の力で生活していくためには下半身の筋力が大切ということで、スクワットや、椅子を支えにして足を上げるトレーニングなどを教えていただきました。

廣田さんからは、「ただ教えられたトレーニングを行うのではなく、これによってどこが鍛えられ、何ができるようになるかを知ることによって継続してトレーニングするモチベーションにつながる」ことを教わり、参加した皆さんは自分の将来を考え真剣に耳を傾けていました。

地域リハビリテーション活動支援事業は、65歳以上の方が集う活動の場などが対象です。

興味のある方は、須賀川市長寿福祉課介護予防推進係までお問い合わせください。

【連絡先】94-2162



編集後記

▼8月30日(土)に稲田学園松明製作のカヤ刈りがあり、私も草刈り機を使って参加しました▼カヤが大きくて、なかなか刈れず苦戦しましたが、頼りになる協力会の皆さんや保護者の皆さんのおかげで、早めに必要な量のカヤを刈ることができました▼協力いただいた皆様本当にありがとうございました▼9月27日(土)の竹切り・カヤ運びもよろしくお願ひします(H・T)

9月

【9・10月の主な行事予定】

- ・27日(土) 稲田学園松明製作(竹切り・カヤ運び)
- ・28日(日) 市防災訓練(市民スポーツ広場)

10月

- ・1日(水) 文書配布、地域の宝ワークショップ④
- ・2日(木) 地区スポレク教室①(スカット)
- ・4日(土) 稲田幼稚園運動会(ジュニボラ④)
- ・10日(金) 地区スポレク教室②(ファミバド)
- ・11日(土) 稲田地域防災体験会
- ・16日(木) 地区スポレク教室③(ファミバド)
- ・19日(日) 円谷幸吉メモリアルマラソン大会
- ・21日(火) 集団健診(稲田地域体育館)
- ・24日(金) 地区スポレク教室④(ファミバド)
- ・25日(土) 稲田学園松明製作(本松明製作)
- ・26日(日) 稲田地域ファミリーバドミントン大会
- ・31日(金) 文書配布

※行事予定は変更になる場合があります。