

# 滝沢地域振興協議会だより



みんなで担ごう！  
魅力の滝沢

第28号  
2019.5.24 発行

一関市滝沢市民センター  
指定管理者：滝沢地域振興協議会  
〒029-0132 一関市滝沢字寺下 52-2  
TEL&FAX 0191-23-8844  
E-mail [takishinky@icn-net.ne.jp](mailto:takishinky@icn-net.ne.jp)  
ホームページ <http://284takichan.com>



## ・市民センター事業のお知らせ・

### カラオケで輝く①(本年度も歌いましょう)

昨年度、カラオケで輝くと題して5回(77名)開催できました。今年度は偶数月に5回開催の予定です。

日時 6月16日(日) 14時～16時30分

場所 滝沢市民センター特設会場

申込 カラオケ愛唱家ならどなたでも

締切 6月14日(当日も受付します)

カラオケ歌唱に取り組むことで、様々な健康効果があり、最も効果的なものが「熱唱」や「発表」による気分が良くなること、意識した呼吸法で健やかになることも実証されています。

### 健康ストレッチ「ヨガ」①

昨年度、3回(54名)開催し、特に女性の方々に好評でした。ストレートに、また即効に体の動き改善が感じられるものもあり、帰りには「体が軽くなった…」の感想もあります。男性の方々にも効果があります。

日時 6月23日(日) 14時～16時

場所 滝沢市民センター和室

講師 黒澤真澄さん

申込 ヨガに興味ある方ならどなたでも

締切 6月18日(保険契約をするため)

カラオケ同様、体にいいヨガ。初回はボールを使用したプログラムもあり、その効果はどこに及ぶのか楽しみです。

### ニュースポーツスライドカーリング①

昨年度、初めて導入したニュースポーツ「スライドカーリング」は、小学生も参加があったことから、老若男女がゲームできるということを証明しました。また、優勝された方が女性の方ということでも、普段着で気軽に挑戦することができます。

日時 6月30日(日) 14時～16時

場所 滝沢市民センター和室

申込 興味のある方ならどなたでも

締切 6月28日(当日でも受付します)

表彰 成績優秀上位3名を表彰します

### 「滝沢女性教室」はじまります

開催日	教室項目	備考
6/19	開講式	記念講演
7/17	移動研修	登米市
8/21	創作教室	(未定)
9/17	移動研修	北上市
10/16	創作教室	出展作品
11/20	学習プログラム	健康効果
12/18	踊り教室	新しい踊り
1/15	新春移動懇談会	市内近郊
2/19	ボランティア交流	明生園
3/18	閉講式・総会	記念講演

今年度も、10回の開催を予定しています。新会員の加入も受け付けていますので、興味のある方は☎23-8844へお問い合わせください。

#### 【市民センターの事業予定】

- 6/ 1(土) 滝沢探検隊
- 6/16(日) カラオケで輝く①
- 6/19(水) 滝沢女性教室・開講式
- 6/23(日) 健康ストレッチ「ヨガ」①
- 6/30(日) スライドカーリング①



#### 【滝っこひろば(放課後子ども教室)】

- 6月は…6日、13日、20日、27日
- 時間…15:00～16:30 場所…滝小
- ※6日は滝沢市民センターで開催します

#### 【学習のための研修室無料開放】

- 6月は…6日、13日、20日、27日
- 時間…15:00～16:00

## ・・・協議会からの報告・・・

### 滝沢を歩こう「ウォーキング」

薫風爽やかな滝沢路をゆく「ウォーキング」は18日(土)、142名の参加者が5・10・15kmの各コースを仲間と楽しみました。折しも見ごろとなるシバザクラは、散り始めとなりましたが、鮮やかだった部分を想像しながら歩を進め、心地よい汗も感じられました。女性参加者は男性参加者の倍、市外の方も半数以上を占める人気で、前回の参加者を上回るものとなりました。ゴールされた方々の笑顔が印象的でした。



### 令和元年度 滝沢小学校放課後子ども教室 「滝っこひろば」はじまりました



昨年8月に開設しました放課後子ども教室「滝っこひろば」は、今年度、5月9日から始まりました。63名の申込みをいただき、1年生が多いのが特徴です。今後、2月まで毎週開催します。保護者の皆様、ぜひ見学してみてください。毎週木曜15時～16時30分開催。元気な子どもたちが見られます。

## ・・・市民センターからのお知らせ・・・

### 事業の事前お知らせ

今年度のセンター自主事業では、

①「ハーモニカ奏でよう」(10月～3回予定)では、ハーモニカをやっている、今後始めてみたい人を紹介して下さい。様々な音楽に取り組み、豊かな心、健やかな体をつくり、同志だから喜び合える和を、ハーモニカでいかがでしょうか。

②滝沢風景写真を撮影して下さい。変わりゆく風景や、移りゆく季節情景もいいものです。滝沢地域内を撮影地として、来春、ちっちな写真展(1月予定)を開催します。今から取り組めば、結構コレクションもでき、その写真を見ながらの話も尽きない時間を過ごし、さらに保存や普及にも努められそうです。

### 本を借りに来ませんか？

毎月1回一関図書館の巡回バスが市民センターに来ています。小説、趣味の本などいろいろな本があり、借りたい本のリクエストもできます。約30分滞在するので、本はゆっくり選べます。ご近所誘い合っていていかがですか。6月は7日(金)です。

2019年度一関図書館巡回文庫スケジュール  
場所：滝沢市民センター

4月19日(金)	5月10日(金)	6月7日(金)
7月10日(水)	8月21日(水)	9月11日(水)
10月11日(金)	11月 お休み	12月6日(金)
1月24日(金)	2月12日(水)	3月6日(金)

11月は運行しません。10月11日に貸出する図書は返却期限は12月6日です。  
時間：14時15分～14時45分

### 滝沢の野に咲く花や木⑪「マムシグサ」(サトイモ科)

文字通りマムシそっくりの柄(がら)の植物。花に見えるところはミズバショウの白いところと同じ。秋、沢沿いの道のほの暗い中で赤いその実が妙に目立つ。根はコンニャクに似た芋…

「スライスして長靴の底に敷いたもんだ」古老の言。

(記・絵/しょうじ)

