

広幡コミュニティセンターだより

# 桔梗 —ききょう—

令和5年11月1日発行

広幡コミュニティセンター

第415号

TEL 37-5276

Fax 37-6434

メールアドレス:

hiroh-co@ms5.omn.ne.jp

## 第3回いきいき講座

### 奥松島オルレ・さとはま縄文の里史跡公園散策

東松島市、宮戸島を歩きました。



10月10日、第3回いきいき講座「奥松島オルレ・さとはま縄文の里史跡公園散策」を秋特有の空模様の中で開催、21名が参加しました。

奥松島オルレコースには、健脚ガイドさん2名の案内でおすすめの宮戸島八景の中から、三か所を案内していただきました。大高森山頂（106m）から望む松島湾は、ガイドさんもびっくりの霧（もや）に霞（かすみ）がかかり、実に風情のある秋景色でした。一方、稲ヶ崎公園、新浜岬は青空と海とさわやかな風が、私たちの疲れた体を癒すかのような、ここで弁当を食べたらきっと幸せだろうな？と感じさせる所でした。

また、奥松島縄文村歴史資料館、さとはま縄文の里史跡公園では、各専門委員の方々に説明、質疑応答などしながら案内していただきました。そこには、4,000年以上にわたって縄文人が暮らした遺跡である里浜貝塚があり、漁をし、貝（あさり）を拾い、塩をつくり、木の実を採取する・・・そんな素朴で豊かな生活が営まれていました。

貝塚には、この地域に存在しない石があったそうです。分析した結果、山形県最上地域に存在する石と判明したそうです。ではどうやって？鳴瀬川の上流には山形県があり、川を利用して交易（物々交換）を行っていたそうです。

話を聞けば聞くほど、なんと、頼もしい縄文人だった事でしょう！！いい講座でした。

★広幡コミセンホームページを開設しています。ぜひ、パソコンで検索してみてください！

<http://www5.omn.ne.jp/~hiroh-co/> または広幡コミセンで検索



広幡コミセンQRコード

## 雪囲い講座



10月15日(日)、今回で3回目となる雪囲い講座が広幡コミセンを会場に開催されました。

初受講の方1名を含む4名が受講しました。

講師の金谷コミセン館長から、基本中の基本である男結びを丁寧にお教えていただくのですが、見るとやるでは大違いで、なかなか上手く結べなく毎度苦戦します。

ようやく縄を結べるようになったところで基本的な骨組みのつくり方、板のはり方を実践交えて教わりました。今回は強度を高める高等テクニックとして筋交いや補強の付け方、結び目の割り等についても学びました。

あとは、実践あるのみ!!!今年は何も結び目の強度と美観にも気を付けて実践したいと思います。

## ゆとり講座

## 干支の押絵づくり



去る10月4日、干支の押絵が五名の受講生の参加を頂き開催されました。

辰は十二支の中で最も縁起の良い干支と言われており、様々な願いを叶えてくれるだけでなく、あらゆる物事をいい方向へ導いてくれる力があるとされています。

意外に細かい部分が多くあり、辺りが暗くなるのも気づかずに熱心に作品作りに精を出されておりました。参加された皆様は、きっと良い年になる事であらうと思います。

十二支をコンプリートするまではと頑張っている自立した卒業生もおられます。皆様も来年以降参加してみたいはかがででしょうか……



## 歩き方教室 オータムウォーキング

10月16日(月)に、健康運動指導士・ランニングマイスターKODAI氏を講師にお迎えし、松が岬公園にて歩き方教室オータムウォーキングが開催されました。

当日早朝までの雨模様で天候の心配もありましたが、次第に秋晴れとなりとても気持ちの良いウォーキング日和となりました。

始めにお堀まわりを1周し、心拍数を図り講師が一人一人の歩くフォーメーションをチェックし、現在の状態から改善点までを教えていただき、2周目は心拍数を上げたウォーキングとなりました。その後ストレッチを交え、身体の可動域を広げ更に1周し、開始直後は肌寒かった体もポカポカになる程。

ウォーキングの後は、Café 蓮櫻にてコーヒーとケーキのセットを頂きながら講師への質問や意見交換しながら穏やかな一時を過ごしました。

参加された皆様からは、身体が軽くなったとお声や、普段の散歩と全然違って運動したと実感できるとお声を頂きました。この教室を機に日々の健康維持に役立てていただければ嬉しいなと思います。



## 秋の一郎山探検

去る、10/21(土)に秋の一郎山探検が開催されました。

天気予報が雨マークでしたので内容の変更等ヤキモキしましたが、無事に終える事が出来ました。春に取り付けた看板を回収しながらの散策でしたが、また違った景色を一郎山は魅せてくれて「こんなに素晴らしい自然が身近にあって広幡は贅沢ですね。」と講師の先生から思わず声が漏れていました。

コミセンに戻り採取してきた葉っぱで作品を作り、美味しい芋煮でお腹を満ち満足して解散しました。更生保護女性会の皆様、美味しい昼食を提供して下さいありがとうございました。大人になった今こそもう一度巡ってみてはいかがでしょうか。



## お知らせ

国道287号線米沢長井道路「米沢北バイパス」が12月2日(土)午後2時に開通(供用開始)します

開通に先立ち、午前10時から開通式(豊穰橋渡り初め)を行います。場所は、豊穰橋の東側(窪田町東江股側)です。

テープカット、北部四ヶ地区の親子三代夫婦渡り初めの終了後になりますが、開通前の道路を歩いてみたい方はぜひお越しください。

その際は、県道広幡窪田線との十字路から進入し、誘導係の指示に従い駐車してください。なお、歩ける時間は午前11時半頃までです。その後は一旦封鎖し、午後2時供用開始となります。

### 国民の祝日には国旗を掲げましょう

市民憲章推進委員会でも提唱しておりますが、国民の祝祭日には国旗を掲げ、祝祭日を祝いましょう。

### ～お願い～

コミセンでは、ペットボトルキャップと使い捨てコンタクトレンズ空ケースの回収箱を設置しています。ご来館の際は、ぜひ回収にご協力ください。

### 参加者募集のお知らせ みそ作り講座

★材料は、金谷館長が手塩に掛けて育てた米(ひとめぼれ)と大豆(里のほほえみ)を使用して作ります。純粋な広幡産みそ(1人/約7kg)が出来上がります。

- ◆ 日 時：12月1日(金) 19時より
- ◆ 場 所：広幡コミュニティセンター ホール
- ◆ 持ち物：おけ(15ℓ蓋付き)エプロン・三角巾
- ◆ 会 費：2,500円
- ◆ 申 込：広幡コミセン ☎37-5276
- ◆ 〆 切：11月9日(木)
- ◆ 定 員：15名



### 2023年度 踏切道の一時通行止め

#### (車両通行止)について

冬期間中、下記踏切において通行止めを行ないますので、ご協力をお願いします。

【踏切名称】第三広幡踏切(成島)

【予定期間】2023年12月1日～2024年3月29日

### \*広幡地区人口・世帯数\*

令和5年10月1日現在( )内は前月比

人 口	1,285人 (-5人)
男	624人 (-4人)
女	661人 (-1人)
世帯数	539戸 (+1戸)

### ★アタゴイル巡回予定日★

《広幡コミセン》

11月28日(火) 14:50～15:20

《広幡小学校》

11月15日(水) 10:25～10:45



### ●暮らしと電気安全11月



(財)東北電気保安協会

# 生き活き ひろはた スポーツ・文化コーナー

## ★ 広幡っこの活躍 ★



伊藤 輝 【成島・ミクロン精密】

### ■ 第71回全日本実業団対抗陸上競技選手権大会

・男子100m 予選1組 第4位 (10" 43)

### ■ 燃ゆる感動かごしま国体 特別国民体育大会 陸上

・成年男子100m 準決勝2組 第5位 (10" 35)

今シーズン最後の大会で自己最高ベストタイムを記録！！  
来年度も応援宜しくお願いします。

## 広幡スポーツ少年団サッカー部

### ■ 第47回全日本U-12サッカー選手権大会 山形県大会 ■

10/8(日) 白鷹東陽の里グラウンド



#### 試合結果 1回戦

・ HIRO'S 0 - 5 米沢ワニックス

## 広幡スポーツ少年団バドミントン部

### ■ 第29回東北小学生バドミントン選手権大会兼第32回全国小学生バドミントン選手権大会東北地区予選会 ■

去る10月8・9日、新庄市体育館において第29回東北小学生バドミントン選手権大会兼第32回全国小学生バドミントン選手権大会東北地区予選会が開催され、広幡スポ少から2名出場しました。

7年ぶりの東北大会出場で1回戦突破を目標に練習してきました。1回戦岩手県3位の選手との対戦で、ファイナルゲームまで続ける大接戦でしたがあと一歩およばず惜敗しました。

3・4年生時に東北大会に出場できた事はこれからの自信になりよい経験になったと思います。

応援ありがとうございました！



(広幡スポーツ少年団 バドミントン部長 寒河江 勝徳)

## ★11月の広幡コミセン使用予定★

- 1日 広幡小5年PTA
- 11 近藤ようすけ後援会
- 2日 青申会
- 3日 一郎山整備委員会
- 5日 青少年育成事業
- 7日 近藤ようすけ後援会
- 10日 広幡小6年PTA
- 18日 広幡スポーツ少年団
- 26日 米沢市長選挙
- 28日 広幡小学校



## ～編集後記～

大分、寒くなり冬が近づいているのを日々感じます。今年の冬は雪が平年並み？ということですが早めに雪囲いなどの冬支度を始めてはいかがでしょうか。

(H・S)

### 試合結果

～4年生以下男子ダブルス～

金谷 柊吾・渡部 敬太組 1 - 2 鈴木 孝弥・中村旭牙組  
(広幡スポーツ少年団) (滝沢/バドラーズ)