

黒岩地区交流センター 通信

第164号

発行日 平成30年12月14日
発行 黒岩地区交流センター
TEL 0197-64-7525
メールアドレス kuro-k@ginga-net.ne.jp
ホームページ <http://www.kitakami-kuroiwa.jp/>

「黒岩地区文化祭」が開催される

11月9日(金)・10日(土)の2日間「黒岩地区文化祭」が開催され、ホールいっぱいに展示された作品を見にたくさんの方にお越し頂きました。



賑わう会場内



作品に囲まれてお茶もお話しもすすみますね

文化祭は隔年開催の為、2年分の力作がずらりと並びました。作品を提供して頂いた皆様ありがとうございました。



↑外には「大谷かかし」も



じっくり作品を眺める来場者



自分の作品を探す児童

平成31年黒岩地区新年交賀会のお知らせ

- ◇開催日時：1月3日(木)午後2時
- ◇開催場所：交流センター 多目的ホール
- ◇参加費：2,000円



地域の皆様、成人を迎えられる皆様、一緒に新年をお祝いしませんか。皆様のご参加をお待ちしております。

*12月19日(水)までに各公民館長、または交流センターまで会費を添えてお申込み下さい。

お知らせ 黒岩地区交流センターは12月28日(金)から1月4日(金)まで休館いたします。

自治振興会役員・公民館役員視察研修

西和賀町沢内大野区の先進地を視察

11月15日(木)に黒岩自治振興会・公民館役員視察研修を行いました。今回は「営農組合を基盤とした地域づくり」をテーマに西和賀町大野公民館(もっこり会館)を訪問し、大野集落営農組合長の高橋雅一氏に地域づくり事業についてお話を伺いました。



組合長高橋雅一氏

大野区は戸数43戸160人の過疎・高齢化に悩む地域を元気にするため住民が一体となった地域づくりに取り組んでいます。営農組合を中心とした里山や農地を生かす事業、国際ボランティアの受け入れなどの交流事業など、一年を通して盛んにイベントが開催されています。

地域住民が一緒になり地域の特色を生かした取り組みが重要だと再認識した研修となりました。



研修の様子



会館に飾られた色紙↑



雪あかりの場所を見学



公民館(もっこり会館)前での集合写真

市道口内・村崎野線(中央橋東側)の伐採作業を行いました



12月9日(日)役員を含め32名の地区ボランティアで作業を行いました。道路脇の落葉の除去作業、法面の草刈り作業、倒木の恐れがある木の伐採作業とチームに分かれて作業し、一般車両の片側通行にもご協力を頂き、無事に作業を終了することが出来ました。ご協力頂いた皆様ありがとうございました。これから冬本番となります。雪道の走行には十分にご注意下さい。

健康講座 「ヘルスアップ教室」を開催

11月27日(火)健康講座「ヘルスアップ教室」を開催しました。講師は健康運動指導士の菊池広人氏、膝や腰の痛みの原因を理解し、予防や改善に効果のある体操を実践しました。痛みの原因は、筋肉の衰えや体重の増加、膝や腰に負担の大きいスポーツ、足に合わない靴の使用など様々です。膝は様々な筋肉に覆われており、軟骨が劣化しても筋が膝をしっかり保持することにより負担は軽減されます。

腰の痛みにも、血行を良くし、筋の柔軟性を保つことが大切です。

受講者の皆さんは講師の説明に耳を傾け、今動かしている筋肉はどこなのかを確認しながらゆっくり丁寧にストレッチをしていました。

寒くなるこれからこそ、筋肉を鍛え活動的な生活を心がけましょう。



講師の指導を受けながらのストレッチ

〈物を持ち上げる基本姿勢〉



黒岩地区体育大会「バドミントン大会」は4班が優勝！

11月11日(日)、バドミントン大会が黒岩小学校体育館で行われました。

どの試合も白熱した戦いを繰り広げ、下記のような結果となりました。参加された皆様、お疲れ様でした。

【バドミントン大会結果】

優勝・・・4班
準優勝・・・5班
3位・・・3班
4位・・・7班
5位・・・1・2班

※棄権・・・6班



優勝した4班の皆さん



運転免許証の自主返納手続き

警察では、10月より交番・駐在所で運転免許証の自主返納受付を開始しました。事件・事故の対応で勤務員が不在になることもありますので、事前予約の上、手続きをお願いします。



必ず事前予約をお願いします！

【受付日時】 平日 午前9時～午後4時まで
日曜日 午前10時30分～午後1時まで
午後2時30分～午後4時まで

【必要なもの】

自主返納を希望する方 運転免許証
運転経歴証明書を希望する方 1,100円の収入証紙と写真1枚

「みんなでできる運動講座」

「運動不足を解消したい」「一緒に運動できる仲間がほしい」そんな方は是非ご参加下さい！
いつでも、誰でも、参加できます。
途中からの参加も大歓迎！

<開催日> 1月9日(水)
<時間> 午前10時～11時30分
<場所> 黒岩地区交流センター
<講師> 菊池 広人氏
(いわてNPO-NETサポート)



<準備するもの>
○飲み物 ○上履き ○タオル 等
<お問い合わせ>
黒岩地区交流センター 64-7525

11月末現在		先月対比
人口	957 名	-4
男	466 名	-2
女	491 名	-2
世帯数	347 世帯	0

平成31年北上市成人式のお知らせ

日時 平成31年1月13日(日)
午後1時～
場所 北上市文化交流センター
「さくらホール」
対象者 平成10年4月2日から
平成11年4月1日までに生まれた人



対象者の方は成人式出席の確認と集合写真の申し込みを1月10日(木)までに黒岩地区交流センターへ連絡をお願いします。
交流センター ☎64-7525

「軽スポ同好会」より

今月(12月)の活動はお休みです。

食の講座 「薬膳料理教室」のお知らせ

食事の養生の大切さを学び、健康生活に役立つ「薬膳料理教室」に参加してみませんか？

◇開催日時 : 平成31年1月18日(金) 午前10時～正午
◇開催場所 : 交流センター 調理室
◇講師 : 伊藤 浩 氏(薬専堂代表)
◇募集人数 : 8名 ◇材料費 : 1,000円

※詳しくはチラシをご覧ください。

