

御所公民館だより 令和5年度 第5号

班回覧



発行：御所公民館（〒020-0581 雫石町西安庭40地割48番地9）

電話番号/FAX：019-692-2214

御所地区の人口 ※7月末現在()内は前月比

■男：1,233人(±0) 女：1,287人(-5) 合計：2,520人 ■世帯数：1,078世帯(+1)

アーチェリーセンターへ行こう！

施設見学&体験 参加者募集！

各回同じ内容で実施！ご都合に合わせて参加できます☆

開催日 第1回**9/23(土)**第2回**10/25(水)**

開催時間 9:30~10:30

「どんな競技かわからない」「見てみたいけど入るきっかけがない」という方に、施設やアーチェリー競技について知っていただく見学会です。希望者は実射体験も可能です♪ほかのスポーツにはない「へえ～!!」と驚くことが満載のアーチェリー。ぜひご参加ください！

国体団体優勝経験のある小野寺まどかさんの実射もあります！



見学先▶**いわて雫石アーチェリーセンター（現地集合）**

（見学後に鶯宿温泉スポーツセンターで体験会を行います）

対象▶町内在住者または町内勤務の方

申込▶御所公民館へ、電話またはメール

持ち物▶動きやすい服装、飲み物



参加無料 定員**15名**

（見学のみでもOK!）

【申込締切】

第1回**9/13(水)**・第2回**10/13(金)**



★受付はアーチェリーセンターで行いますので、直接ご来場ください。（9:30現地集合）

参加者募集中！ 第3回ノルディックウォーキング教室

2本のポールを使うことで全身運動になり、通常のウォーキングよりたくさんの運動効果があります。今年度最後の回となります、皆様のご参加お待ちしております！

今年度最後の開催です！

日時：令和5年10月13日(金)10:00~11:30

場所：御所湖広域公園 ファミリーランド

※雨天の場合は御所公民館体育室で実施します。

参加費：500円

対象：町内在住または町内へ勤務されている方

持ち物：動きやすい服装、タオル、ポール（貸出可）、飲み物

申込み：10月10日(火)までに御所公民館へ電話またはメールでお申込みください

昨年度の様子



結果発表

7月 御所地区体育事業 開催結果報告



7月に実施された御所地区体育事業の結果をお知らせいたします。競技や応援にご参加いただいた行政区の皆さま、暑い中の競技お疲れ様でした！

7/9(日)行政区対抗野球大会 3チーム総当たり方式 (安庭・赤滝は混成チームで出場)

- 優勝 - 大村行政区
- 準優勝 - 天戸行政区
- 第3位 - 安庭・赤滝行政区

●参加申込数 4行政区



7/23(日)混合バレーボール大会 ラリーポイント制(21点3セットマッチ)

- 優勝 - 矢櫃・九十九沢・町場行政区
- 準優勝 - 籬野行政区

●参加申込数 2チーム



7/30(日)グラウンド・ゴルフ大会

- 優勝 - 鶯宿行政区
- 準優勝 - 榊沢行政区
- 第3位 - 片子沢行政区

●参加申込数 3行政区18名



『ノルディックウォーキング教室②』 が開催されました！



7/14(金)第2回ノルディックウォーキング教室を御所湖広域公園町場地区園地で開催しました。ポールを使った準備体操を学び、それぞれのペースで敷地内を歩きました。今回初めて参加された方は「気持ちよく歩くことができた、また参加したい」と次回の開催を楽しみにされていました。

『自宅で出来る！簡単ストレッチ講座③』 が開催されました！



7/25(火)、ストレッチ講座③を開催しました。今回はイスに座って股関節や肩甲骨まわりに効くストレッチを学び、適度な筋トレや可動域を広げるストレッチをすることで肩こりや筋力の低下防止に効果があると教わりました。参加者からは「無理なくできる内容でよかった」と、喜びの声が聞こえました。

《山のふところ》9月の収穫市

9/23(土)・9/24(日)

開催時間 9:00~14:00

場所 旧大村小学校

大村へ
行こう！



8月の収穫市では、ナス・きゅうり・ピーマン・トマト・とうもろこし等の夏野菜が並び、みょうがや南蛮、大村産のりんどうも販売されていました！焼き鳥や焼きトウモロコシがテイクアウト販売されており、炭火焼のいい匂いが会場に漂っていました☆



香茸おこわと
きのこ汁も
販売予定です☆



あとがき

梅雨が明けて毎日のように「熱中症警戒アラート」が出ていましたね。ひと昔前の夏の暑さとはだいぶ変わってきたなと感じます。そんな暑さでも、5月の「農業体験」で御所保育園の園児が植えたお米の苗は立派に育っていました！秋の稲刈りが楽しみです！(佐藤)

