



浅水ふれあいセンターだより



平成22年度 7号
 発行:平成22年7月30日
 発行責任者:センター長
 ☎ 0220-34-2008

ふるさとスポーツ 第一回浅水地区ユニカール大会開催

7月2日 浅水ふれあいセンター(多目的ホール)に於いて『第1回 浅水地区ユニカール大会』を開催しました。今回は9行政区から10チームと区長さん方の2チームの合計12チームで競技を行いました。

皆さん楽しく和気藹々で競技を行っており誰でも即できることから、7月4日には小島区が行政区の健康祭でユニカールを行う等、誰でも手軽に出来るスポーツで人気が出て来ております。今回の成績上位3チームは中田町域大会に浅水代表として参加して頂きます。



順位	行政区
優勝	沼畑区
準優勝	浅部区
第3位	新小路区

男の料理教室(フ口編)を開催

7月7日(水) 本年度第3回 男の料理教室は15名が参加して開催されました。今回の先生は佐沼中江の「四季の味 つれづれ」の及川社長にお願いして、『これから旬の食材 かつおとホヤ』と題して、皆様からの要望が多かった「かつおのさばき方」も含めての料理教室としました。先生は料理の基本「身近にある材料(畑や冷蔵庫にあるもの)を使って料理を行う」をもとに実施しました。材料を買ったのは、かつお3本とホヤ18ヶで、他の材料の野菜等は持ち寄りの料理で行いました。又、かつおの頭と尾以外は全て料理に使いました。栄養士さんと違い、レシピに調味料は何グラム等がありますが、プロは味を見ながらの適量管理(材料によって差があるので味で判断)であり、ここに違いがありました。出来あがったランチとしては超豪華で皆さん楽しく料理し美味しく頂きました。

本日のメニュー

- かつおのさばき方
 - かつおの刺身
 - かつおのたたき
- ホヤのさばき方、盛り付け
- かつおのあら汁
- 桜海老(干海老)ごはん
- ちょっとした3分料理
(ゆで豚と玉葱のカレー風味)



浅水ふれあい夏まつり 追加イベント 似顔絵コーナー開設

8月15日(日)に開催されます、夏まつりに川面区の画家 秋山清人さんが似顔絵コーナーを設けてイベントを盛り上げて頂けることになりました。当日は「依頼された人の似顔絵を描いて」頂けます。皆さん自分の似顔絵を描いてもらいませんか?

ふるさとスポーツ祭中田町域大会 開催結果お知らせ

7月11日(日)中田町域大会に浅水代表として4チームが参加し、成績は次の通りでした、ご苦労様でした。

ビニールバレーボール

優勝	冠木区
準優勝	柴六区
3位	小島区
3位	浅水新田区

ソフトボール

優勝	本町畑中区
準優勝	二ツ木区
3位	本宮区
3位	弥勒寺南区
-	浅水新田区
-	浅部区

ビニールボール健闘!

ふれあいセンター奉仕作業実施

7月11日(日) 新小路区より40名が参加して、ふれあいセンターと農村公園の除草作業をおこないました。新小路区の皆さんは、6時開始に対して15分前から作業開始したりと積極的に作業をして頂きました。除草して頂いたことで、花壇のマリーゴールド・サルビア2,500本は見事な花壇となりました。新小路区の皆様ありがとうございました。尚 除草した草は新田区の小野史郎さん宅の堆肥置き場に毎回捨てさせて頂くことで、大変助かっています。小野史郎さんありがとうございます。



平成22年度 女性講座スタート

7月15日(木) 女性講座開講式並びに第一回 女性講座を開催いたしました。受講者17名が参加して「健康講座 “ピラティス!!”」を、パティオ講師としてヨガ等を指導している、気仙沼市の菊地 久美子 先生が行いました。『カラダの中から効く! ピラティス は、からだの中心である骨盤を常に安定させて動かすことによって、骨盤のゆがみが改善され、姿勢の悪さや疲れやすさ、肩こりなどを解消する期待できる エクササイズ「ピラティス」!で、からだの中(インナーマッスル)から鍛えられますよ!をもとに実施しました。普段使っていない筋肉に効き、からだの中から鍛えることができました。 ※ 翌日は多少筋肉痛かな?



自然体験交流事業(夏バージョン)を開催

7月28日 水曜日 秋田県横手市増田町と登米市中田町浅水との『自然体験交流事業』を開催いたしました。参加は浅水の児童20名と横手市の児童19名で行いました。この事業の目的は自然体験学習を通して他の子供たちとの交流を行うことでお互いの友情を育み、「ふるさと」のすばらしさを見つけることです。今回の内容は横手市では体験できない北上川の川下りを行い、カヌーやボートを体験したことで喜んでおり、その後、対抗戦のドッチボールでは、お互いに負けたくないとの思いで戦っているのが伝わってきました。夕食は流しソーメンとバーバーキューを行いました、又横手市と浅水ふれあいセンターから参加の子どもにお土産が出たりと皆さん喜んでおりました。「冬には横手市にいきますのでよろしくお願い致します」で終了しました。尚 ボートでは海洋センター指導員とカヌー部の15名の皆様ご協力ありがとうございます。



錦桜橋上のボート乗り場

『浅水ふれあい夏まつりについてお知らせします。8月15日 午後2時15分より第10回 浅水ふれあい夏まつりが開催されます。浅水小学校児童による「浅水ソーラン2010」「おどってみたいナナミナミナ」や「よさこい」・「ジャズバンド」等もあります。更に『盆踊り』を踊った人にはもれなく、記念品を差し上げます。ご近所お誘い合わせの上ご来場下さいませようお願い致します。尚 雨天の場合は多目的ホールで行います。』と防災無線でお知らせしますよ!!

これからの主な事業・行事

8月

- 5日(木) 子育て教室
- 8日(日) 奉仕作業(川面区)
- 15日(日) 第10回 浅水ふれあい夏まつり
- 26日(木) 女性講座



浅水ふれあい夏まつりを
夏まつりに開催し
皆で盛大に
ましょう!

9月

- 1日(水)~3日(金) ソフトテニス大会
- 11日(土) コミュニティ移動研修(新田区)
- 14日(火) 文化財保存会移動研修会
- 16日(木) 女性講座
- 26日(日) 奉仕作業(小島区)

