

心豊かに
生涯学習

中之町コミセンだより

第192号



秋空の下、みんなでファイト!

中之町連合自治会体育大会と 第二中学校体育大会が開催されました

運動会シーズン。9月7日(日)は中之町連合自治会、9月14日(日)には第二中学校の体育大会が開催され、秋空の下で元気な競技が繰り広げられました。多分に洩れず少子高齢化の波に洗われている中之町地域ですが、連合自治会主催の大会には400名、第二中学校体育大会には生徒300名と応援の町民500名が参加。終日元気な声援が地域に響いていました。

中高年のラグビーボール蹴り競争。エネルギーです。



地区対抗選抜親子リレーに応援合戦も盛り上がります。



68回目を迎えた第二中学校の体育大会。「見せる団結!勝ちとれ頂点!全力魂!」のテーマどおり、生徒たちは気迫満々の姿勢と集中した競技をみせてくれました。二中では並行して11月の文化祭の準備も進めています。スポーツにも文化にも大車輪の生徒たち、頑張れ!

9月のコミセン体験講座のご報告 ～新しい発見が一杯でしたよ 「アロマで認知症予防」

9月11日(木)「アロマで認知症予防」の体験講座を開催しました。講師は福井 美喜子さん。参加者は18名。

アロマセラピー(芳香治療)の歴史を学んだり、今話題になっている「脳の若返り」に効果の精油スプレー製作をおこなったり、あっと言う間の1時間半。「本物の精油は多少お値段が張るものが多いですが、(安いと思って)まがい物は身体にダメージを与えるので気を付けてね..」と講師から注意。

「ウーム、これは1回の体験講座では学べ尽くすことは出来ないワァ。講座作っちゃいませよ!」、と言うことで自主講座を準備することになりそうです。今後のコミセン便りなどを気を付けてご覧くださいね。



精油を調合中。どれどれどんな香りかな??



可愛い小瓶に入るとネックレスの様。他人に迷惑かけないでコソリ嗅ぐことができますよ。

コミセンの講座紹介 「月曜卓球同好会」(体操の部)



「卓球」と言っても、球を追うわけではありません。「熟年になって身体を動かす時間が減ってきた我々の、(色々な)運動に入る前の準備体操だと思ってもらえば良いのですよ。」と、代表の山崎宗廣さん。

準備体操と言っても手足の屈伸や身体の捻りを入れた動きをたっぷり40分近く行いますので、終了時には皆さん汗びっしょり。「身体のしなやかさでは、若い方に負けていないよ!」と、毎週月曜日の朝9時から頑張っておられます。皆さんも是非一度体験されては。

10月の中之町コミセン体験講座 生徒募集中



ちょっと他では体験できない
20種類のフレッシュ(茶葉)
を味わうハーブ講座

10月18日(土)13時30分~15時

対象:大人(先着15名)

参加費:800円

申込み〆切は10月16日(木)

ふれあい親子ピクス

~子どもたちと一緒に
心も身体も爽快に!

10月23日(木)

10時30分~11時30分

対象:0歳~未就園児と
その保護者(先着20組)

参加費:100円

申込み〆切は10月17日(金)

