

### 23年3月

#### 「健康体操教室」

#### 開催

公民館講座「健康体操教室」第三回シリーズの最終回が二月二十二日（火）午後一時三十分から公民館で開催されました。



自分の健康について関心のある方、十名が参加されました。指先に神経を集中しながらグー、パーを繰り返したり、足を組んで腿（もも）の内外の筋肉を鍛える方法など、日常生活のなかで少しの時間を利用して体

の筋肉や体力を衰えを防止する方法などを重点的に教えて頂きました。今回習ったことを、毎日繰り返すことで三ヶ月後には、無駄な部分の肉が落ちてくるなど、成果が表れるそうです。

参加された方々は、二回目ということで講師の方にも慣れられ、和気相愛で楽しい時間を過ごされました。

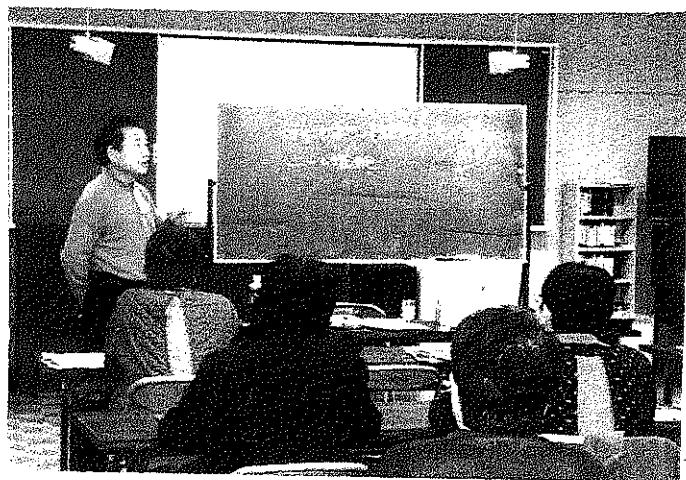
#### 「春のガーデニング教室」

#### 開催

公民館講座「ガーデニング教室」が二月二十八日（月）九時三十分から公民館で開催されました。

講師は、毎回お願いしている田村 修 先生（米沢園芸）で、今回は春植え野菜、花木について土の耕し方、肥料の選定、施し時期、量などについての話が主体でした。

又、今年は山口国体が開催されることから、サルビヤ、マリーゴールドの花の、種から育てる方法を説明されま



した。過去のガーデニング教室は、春の球根の植え方、花の寄せ植え等、実物の草花を使つての実習形式での開催が主体でしたが、今回は、机上と、質問形式での講演会が主体でした。

#### 「食事サービス」

#### 取り組み

二月二十八日（月）十一時から大道理をよくする会、福祉部の皆さんによる地区独居老人の方々に食事サービスがありました。

年一回、三月に行われており、福祉部の皆さんが、知恵を出し合い皆さんのお口に合うよう

うにと献立を考えられて、朝早くから、手作り弁当を作られました。

出来上がった弁当を、福祉部の皆さんが、手分けをして、配布されました。

配布されるとき大道理小学校の児童の皆さんからお雛様の折り紙を張り付けた表紙と、「いつまでもお元気で」の手紙と児童全員の写真も一緒に手渡されました。

手渡された方々の嬉しそうな笑顔がとても印象的でした。

（写真は、手紙と写真を託す、児童たちです）

#### 「卒業おめでとう」

三月十日（金）に翔北中学校、三月十八日（金）に大道理小学校で卒業式がありました。翔北中学校では大道理地区から四名の方が卒業されました。

- 有熊 健一郎 君
- 井原 有唯 さん
- 坂口 佳菜子 さん
- 手島 彩 さん

大道理小学校でも四名の方が卒業されました。

- 秋貞 光里 さん
- 有井 数亮 君
- 江村 美果 さん
- 福原 萌 さん

八名の皆さんご卒業おめでとうございます。

尚、大道理小学校の在校生の皆さんは、この四月から須々万地区にある沼城小学校と統合して、スクールバスで通学することが決まっています。今回の四名の皆さんは大道理小学校最後の卒業生となりました。