

くぬぎだより

11月号

令和5年11月1日発行
 榎沢コミュニティセンター
 〒990-0856 山形市金石田8-2
 電話 644-5652 FAX 644-3710
 E-mail kunugizawa@mmy.ne.jp
 ホームページアドレス
<http://www.yamagata-mmunity.jp/kunugizawa/>



○食生活改善推進協議会○

「ワクワクこどもクッキング」学童食作り講習会

日時：11月25日(土)
 午前10時～午後1時頃まで
 場所：榎沢コミュニティセンター 調理室・研修室
 定員：10名 親子で参加大歓迎です。
 参加費：300円(材料費の一部として)
 ※おつりのないように当日お持ちください。
 持ち物：エプロン・三角巾(頭にかぶるもの)・
 マスク・手拭きタオル
 申込み：榎沢コミュニティセンターへ
 TEL 644-5652
 締切り：11月15日(水)午後5時まで



《山形市役所 情報企画課》

スマホ教室のご案内

日時：11月28日(火) ①13:30～
 ②15:00～
 会場：榎沢コミュニティセンター ホール
 講師：株式会社エイアンドシー
 講座内容：①電話のかけ方・カメラの使い方
 ②地図アプリの使い方
 定員：各講座 最大16名
 参加費：無料
 持ち物：筆記用具、お持ちのスマートフォン
 申込期限：11月20日(月)午後5時まで、榎沢コミュニティセンターへ



【講座内容】

①11/28 13:30～14:30
 電話のかけ方・カメラの使い方
 ②11/28 15:00～16:00
 地図アプリの使い方

スマホをお持ちでない方も大歓迎!

貸出用のスマホをご用意しております。

お申込み・問合せは
 榎沢コミュニティセンター
 TEL: 023-644-5652



榎沢児童遊園清掃についてのお知らせ

清掃活動は来年3月までおやすみです。
 4月から参加していただいた皆さん、
 ご協力ありがとうございました。



○榎沢地区社会福祉協議会○

百歳体操のお知らせ(11月)

～我が事・丸ごと地域づくり～推進事業の「まるごと相談」下記の会場で行っています!

会場	団体名	日時
榎沢コミュニティセンター	榎沢地区百歳体操	11月9日(木) 午前10時～11時
		11月16日(木) //
下榎沢集会所	下榎沢百歳体操	11月1日(水) 午後2時～3時
		11月15日(水) //
西原集会所	西原百歳体操	11月3日(金) 午前10時～11時30分
		11月10日(金) //

榎沢エクササイズ

(榎沢地区百歳体操と同時開催)

日時：11月9日(木) 10:00～11:00
 会場：榎沢コミュニティセンター ホール
 講師：山形徳洲会病院 通所リハビリテーション 押野 俊一先生
 講座内容：軽体操
 寒くなると、活動性が低下してしまいます。
 自宅で行えるストレッチ、筋トレを学び、『健康長寿のまち』榎沢で元気に過ごしましょう。
 参加費：無料
 持ち物：動きやすい服装(百歳体操の時と同じ服装で結構です)飲み物
 申込み：不要です。

参加費無料

「電動車いす」の試乗会も同時開催!

同日 午前11:00～12:00

お問い合わせ：霞城西部地域包括支援センター 電話番号 023-647-8010

子育ておしゃべりサロン

☆日時 11月21日(火) 午前10時～正午
 ☆対象 0～3歳の就園前のお子さんと日中一緒に過ごしている方
 ☆場所 榎沢コミュニティセンター 和室
 ※お申込みは不要です。お子様とお気軽にお越しください。



1600(慶長五)年・長谷堂合戦関連史跡巡り

9月25日(月)、さわやかな秋晴れの中、「1600(慶長五)年・長谷堂合戦関連史跡巡り」として、長谷堂合戦ゆかりの地を訪ねる講座を実施しました。講師は山形県地域史研究協議会の新関昭男理事。14名の参加者は、悪戸の義姫阿弥陀堂や山辺町の畑谷城跡、前明石の湯目の殉職碑などを巡り、史跡にまつわる言い伝えや新関理事の歴史解釈に触れ、遠い昔に思いを馳せていました。



“新聞エコバッグ”をつくる講座

9月30日(土)の「新聞エコバッグ」をつくる講座には、定員を超える申込みがありました。皆さんから参加していただきました。野菜を入れるマルシェバッグなど、大小さまざまな作品、デザイン性豊かな作品が仕上がりました。作品は文化祭に展示しました。



筆文字アート体験教室

10月14日・21日(土)開催の「筆文字アート体験教室」では、基礎編と応用編の2回コースで学びました。

初めての事に挑戦する事で新鮮な喜びと自分の可能性に目覚める体験の教室になりました。

これらの個性あふれる作品の数々は文化祭に展示しました。



～山形市ごみ減量推進功労者感謝状贈呈式～

大泉 俊明さん(下樫沢) 受賞

山形市ごみ減量推進功労者感謝状贈呈式が10月4日、市役所で行われました。受賞おめでとうございます。



山形二中生徒会より“人権の花”をいただきました



二中の生徒さんたちが協力して“人権の花”を樫沢コミュニティセンターへ運んで来ていただきました。5つのプランターには、色とりどりのパンジーやビオラが咲いています。お越しの際は是非、ご観賞ください。二中生徒会のみなさん、ありがとうございました。



いつでも、どこでも、だれでも
座ってできる、椅子ヨガ

スーリヤ『体験会』のお知らせ

ひざ、腰が痛くて 運動はちょっと...でも、運動はしたい。筋力をつけたい...
と思う方、安心してください。難しい動きはありません。

スッキリのびのび軽くなる自分のペースでできるヨガです。

『一生涯健やかな心とからだ』を整え、養うことを目的に活動しています。

○活動日:毎週水曜日(10:30~11:30)

○会場:樫沢コミュニティセンター ホール

○参加費:体験は無料

○持ち物:水分補給の飲み物・動きやすい服装でお越しください。

○問合せ先:日塔(にとう) Tel080-1699-1313



▼山形県エアロビック協会からののお知らせ▼



日時:11月24日(金) 午後1時30分~2時30分

会場:樫沢コミュニティセンター 和室

参加料:無料(12月まで毎月1回開催予定です) 対象:成人の方

持ち物:水分補給の飲み物、タオル、ヨガマット(無い方はバスタオル)
動きやすい服装でお越しください。

申込・問合せ:山形県エアロビック協会 わたべ ☎090-3369-4182

※参加希望の方は、お電話で予約申し込み下さい。