

楽しい夏の思い出となりました～奥東公民館視察研修～

7月28日(日)、奥東公民館恒例の視察研修が実施されました。今年度は小豆島に行き、特産であるオリーブの園地と映画『二十四の瞳』のロケ地跡である映画村、寒霞渓を視察しました。参加された皆さんのが一番感激したのは、ロープウェイから見た寒霞渓の雄大な自然だったようです。紅葉の時期の自然美を想像しながらロープウェイから見る風景を楽しんでいました。バスの中でも話が弾み、あついう間の楽しい一日となったようです。



ロープウェイから撮影した寒霞渓 「二十四の瞳」映画村で集合写真

池ノ久保～伝統の盆踊り～開催

8月25日(日)、池ノ久保で伝統の盆踊りが開催されました。雨の影響が心配されましたが、初めこそ小雨がぱらついたものの、土山地蔵堂の前の広場に太鼓の音と威勢のいいおはやしが響き始めると雨も上がり、刀やなぎなた、扇子などを



風情ある地蔵堂前広場



力強いおはやしが盛り上げる



優雅に舞い、力強く振る

地区の方の素晴らしい演技をぜひご覧ください！

第2回双海ふれあい歌謡ショーが下の内容で実施されます。入場無料ですので、皆様ぜひお越しください。

日時：令和元年9月28日(土) 9:30開場
開催場所：しもなだ運動公園 体育館
問い合わせ：富貴公民館 上岡 幸男
(090-5915-1876)



第2回 双海ふれあい歌謡ショー (プログラム)	
下記のプログラムを参考しております。ごゆっくりお楽しみください。	
No	曲名
1	会場 全員
2	和太鼓 扇子
3	小唄 真江
4	和太鼓 道久
5	和太鼓 春子
6	和太鼓 浩行
7	和太鼓 優一
8	歌謡 春子
9	和太鼓 一貫
10	和太鼓 敦子
11	松本 真一
12	和太鼓 正則
13	和太鼓 大子
14	和太鼓 淳一
15	金田町子
16	和太鼓 俊司
17	和太鼓 えり子
18	和太鼓 智和
19	和太鼓 久美子
20	和太鼓 安
21	和太鼓 効子
22	和太鼓 うち
23	和太鼓 正三
24	和太鼓 鮎子
25	和太鼓 葉
26	和太鼓 三
27	和太鼓 春子
28	和太鼓 孝子
29	和太鼓 久美子
30	和太鼓 明
No	曲名
31	武智 利恵
32	和田 里美
33	大野 五七三
34	和田 潤江
35	和田 じゅん
36	和田 純子
37	和田 伸行
38	和井 桂子
39	和井 伸司
40	和田 真弓
41	和田 伸子
42	三好 健一
43	和田 勝
44	和田 麻理子
45	和田 真理
46	白石 深月美
47	和井 淳
48	和木 梢子
49	和谷 代子
50	和井 里美
51	和田 春子
52	和田 安
53	和田 利子
54	和田 伸一
55	和田 春子
56	和田 純子
57	和田 伸子
58	和田 真子
59	和田 清美
60	和井 真
61	和井 真
No	曲名
62	一宮 道子
63	和木 由紀子
64	手嶋 スキニ
65	和田 伸子
66	和田 伸子
67	和田 順子
68	二子 伸子
69	和田 イサ子
70	綾瀬 江
71	山田 崇山
72	和田 まよ
73	和田 真一
74	和田 勝
75	和田 三郎
76	和田 真美
77	和田 伸子
78	和田 マスク
79	和田 えり子
80	公田 重雄
81	和井 真子
82	和田 千鶴子
83	西山 道雄
84	上岡 幸男
85	和田 真美
86	和田 伸子
87	アキラ
88	和田 美紀子
89	和田 康子
90	和田 康子
91	和田 康子
92	和田 康子
93	和田 康子
94	和田 康子
95	和田 康子
96	和田 康子
97	和田 康子
98	和田 康子
99	和田 康子
100	和井 真

※プログラム中途中止となる場合は、各自の進行状況によって、必ず次回となる場合がありますので、ご了承下さい。

夏に最適の料理でした！

7月25日(木)、双海保健センターで第2回レディースセミナー「料理教室」が開催されました。今回は夏の野菜を使った料理として、茄子と鶏肉のドライカレーとトマトのナムルを作りました。

なかなか作ることのないドライカレーのスパイシーさと、トマトの酸味を活かしつつもごま油でまろやかに仕上げたナムルの相性は抜群でした。

そして、皆で揃って食べた料理はひとしお美味しさを感じるものとなりました。



慣れた手つきで調理しています



出来上がった料理がコチラ！

池ノ久保～伝統の盆踊り～開催

8月25日(日)、池ノ久保で伝統の盆踊りが開催されました。雨の影響が心配されましたが、初めこそ小雨がぱらついたものの、土山地蔵堂の前の広場に太鼓の音と威勢のいいおはやしが響き始めると雨も上がり、刀やなぎなた、扇子などを



風情ある地蔵堂前広場

力強いおはやしが盛り上げる

優雅に舞い、力強く振る

健康のツボを学びました(^_^)



講師の坂本先生にツボの探し方を
教えてもらっています。

組たつぼにお灸を据えています。
お灸の香りをバックに皆で話をしていたら
ご指導ありがとうございました！

8月22日(木)、双海地域事務所で第3回レディースセミナー「お灸教室」が開催されました。『はり灸サロンまる』の坂本先生にもぐさの効能や、お灸を置く位置などを教えてもらいながら、お灸を体験しました。

お灸の熱さともぐさの香りによるリラックス効果で、血の巡りが良くなったりを感じました。

身近に感じるものでありながら、中々体験することができないお灸。皆さんもお灸に挑戦してみてはいかがでしょうか？

老若男女で体操をしました(^▽^)/

8月10日(土)、久保公民館で健康教室が実施されました。長寿介護課の水本 楯さんに来てもらい、ミカンまる体操（伊予市ホームページでも見ることが出来ます）の実演・指導をしてもらいました。体操以外にも握力測定や閉眼片足立ちを行い、自分の年齢と体力の結果を見ながら談笑しました。

このような、皆で集える場づくりを公民館も応援していきたいと思います。



どれくらい立てるかな？



皆で仲良く体操です！

高野川公民館～夏祭り・慰靈祭～開催

8月24日(土)、高野川で夏祭り・慰靈祭が開催されました。住民が協力して行う手作りの行事ですが、子どもから高齢者まで多くの人が公民館に集まり故人を惜しみつつ、活気あふれるひと時を過ごしました。



男衆秘伝の焼きそば



華を添える浴衣と女性



子どもたちも
たくさん参加

あいにくの雨でしたが、外では男衆秘伝の焼きそばや完売御礼のかき氷、中では奥様方によるおでんやフライドポテトなど、美味しいものがたくさんありました。公民館の広間は笑い声で包まれていて、大盛況の夏祭り・慰靈祭となりました。