

### あぶくま大学「健康教室」・滝根



学級生40人が参加し11月15日、天地人大学において開催されました。

福島市の佐藤喜也氏を講師に迎え、室内で気軽にできる体操を学びました。

参加者が夢中で手足を動かす体操をしていると先生から「笑顔でね」と声がかかり、体操も楽しくすることが健康へとつながることや毎日短い時間でも続けることで元気な生活を送れること等を学習しました。

### インドアガーデニング教室・滝根



滝根公民館で市民20人が参加して11月12日に行われました。

郡山市のハーブとスローライフの研究者瀧田勉先生の指導により、やさしい香りのハーブと色鮮やかなシクラメン、2種類のこけ玉を作りました。

先生が準備して下さったハーブティーをいただきながらこけ玉の管理の仕方や暮らしに役立つハーブの効果についての説明も受けました。

参加した皆さんは、ハーブの香りに癒され楽しい一日を過ごしました。

### 成人講座「ちぎり絵教室」・常葉



成人講座の「ちぎり絵教室」が10月16日に行われ、小野町在住の郡司茂子先生から指導を受け、新しい年が良い年でありますようにと願いを込めて平成24年の干支「辰」を和紙をちぎって色紙に描きました。

### 成人講座「いきいきリフレッシュ(ヨガ)教室」都路・常葉

常葉保健センターで11月11日、都路公民館と常葉公民館合同事業成人講座の「いきいきリフレッシュ(ヨガ)教室」の最終日を迎えました。村上聖美先生と詰坂香菜子先生から6回の教室で延べ125人の受講生が指導を受け、体を動かし、心も体もリラックスしました。



### 寿学級「健康体操教室」・常葉



寿学級の「健康体操教室」が11月16日に行われ、講師の快フィットネス研究所長の吉井雅彦先生のユーモアの交えた講話と実技指導に学級生は体も心もほぐれて笑っぱなしの2時間でした。

### 成人講座「スポーツ吹矢教室」・常葉

成人講座の「スポーツ吹矢教室」が11月22日に行われ、船引の遠藤義貞先生から指導を受け、文化の館で吹矢が的に当たる快感を体験し心地よい汗を流しました。



### 女性学級「体操教室」・常葉



女性学級の「体操教室」が11月26日に行われ、船引駅2階にあるコミュニティプラザでインストラクターの伊藤・亀山先生に効果的なトレーニングをご指導いただきました。

また、最新式トレッドミル(ウォーキングマシン)やエアロバイクを体験。柔軟体操(ストレッチ)で爽快な汗を流しました。

### 北島ファミリー in たむら演歌の祭典



市文化センターで12月4日、「北島ファミリー in たむら演歌の祭典」コンサートが行われ、北島ファミリーの五人(原田悠里・小金沢昇司・和田青児・北山たけし・山口ひろみ)による豪華なステージを大勢のかたが堪能しました。

北島音楽事務所が田村市のために企画した特別な公演に、客席からは惜しめない拍手と歓声が送られました。

### 常葉元気祭りを開催



常葉体育館において11月6日、田村市・元気なときわ創生実行委員会の主催により「健康はお腹の底から笑うこと」で笑顔を復活させ、心身リラックスを目的とした「常葉町元気まつり」が開催されました。

海山広二郎を中心とする「じゃじゃ丸劇団」の大衆演劇、「エンタの神様」で一躍有名になった「まちゃまちゃ」と、極道ネタを得意とする「えんにち」を迎えた爆笑お笑いライブで会場内には元気で大きな笑い声が響きわたりました。

### 高齢者学級(福寿草大学)開催・都路

都路公民館は、11月22日に第3回定例講座を実施しました。

同日開催された第3回田村市小学校童謡・唱歌音楽祭を鑑賞し、参加した学級生は、昔から歌い継がれている歌を一生懸命に合唱する子どもたちの姿に感動したり、また、一緒に口ずさんでいました。



### 女性学級「移動教室」・常葉



女性学級の会津方面へ「移動教室」が11月19日に行われ、新宮熊野神社の長床(拝殿)と神木である大イチョウの説明を新宮地区重要文化財保存会の地元の皆さんから受けました。

宝物殿を見学後、飯豊とそばの里センターでそば打ち体験と打ちたてのそばをいただき、会津本郷焼でろくろを回したり、絵付けをしたりと陶芸を体験しました。