

ネットワーク通信

NO. 86 (R1. 5. 8発行)

長井市社会福祉協議会

〒993-0011

長井市館町北6-19

☎ 0238-88-3711(代表)

☎ 0238-87-1822(直通)

FAX 0238-88-3712

新緑の季節になりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか。今年の桜の開花は早いと予想されていましたが、3月下旬から気温の低い日が多く、4月に入ってから雪が降ったせいか昨年よりは1週間以上遅くなったようです。気温が高い日と低い日の温度差が大きく体調管理が難しい時期ですが、バランスの取れた美味しい食事を摂り、元気にお過ごしください。

5月10日からは白つつじ祭りがオープンします。白つつじの花と黒獅子祭りをお楽しみください。

古代の丘 魅力発見の旅をしてきました☆

4月25日(木)、今年度初めての交流会を行いました。

「古代の丘の魅力発見の旅」と題し、長井市草岡にある古代の丘周辺を散策しました。

縄文時代中期の竪穴式住居跡や暦の機能がある4本柱を見学した後、古代の丘資料館に行きました。資料館内のタイムトンネルを通ると古代にタイムスリップ。館長さんより長井市の古墳から出土されている土器や土偶等についてお話をお聞きし、皆さん、古代の人々の生活の知恵に感心していたようです。次は強化プラスチックで拡大・復元された土偶がある土偶広場に向かいました。広場周辺の満開の桜に見とれながら広場を過ぎると、中里堤沿いにある山肌に可愛いかたくりの花の群生が。さらに奥に歩くと今度は水芭蕉がきれいに咲いていました。「すばらしい！見られてよかった。」「こんな所があるんだね」と皆さん喜んでおられました。

最後に、樹齢1200年の大明神桜に会いに行きました。満開のきれいな桜と1200年の樹木の尊さに皆さん感動なさっている様子でした。

お昼は、はぎの湯の隣にある多夢炉(たむろ)で会食をして、交流会は終了となりました。

当日は曇り時々小雨でしたが、参加者の皆さんと古代へタイムスリップし、自然の魅力をたくさん発見できた交流会となりました。



令和元年度 第2回定期交流会

絵手紙に挑戦しませんか！Part3

過去2回、絵手紙教室を行ない、その時々野菜や果物などを題材にして、一人2~3枚の作品を描いてきました。絵手紙に自分で彫った落款を押して完成するものです。先生曰く、「出来上がった作品は大事にしまっておかないで、友人などに必ず送ること。自分宛に送ってもいい。上手下手は関係なし。」

今回初めての方には最初から丁寧に教えて頂きます。2回目、3回目の方にはその人に合わせて教えて頂きます。大切な人に自作の絵手紙を送ってみませんか。さらに親交が深まること間違いなしです。

皆様のご参加をお待ちしております。なお、申込はお電話でお願いします。お待ちしております。

記

日時：5月23日(木) 10時~12時
会場：老人福祉センター 面接室
内容：絵手紙教室&お茶のみ
講師：吉野健太郎 先生
(毎年ギャラリー停車場で絵手紙の展示会をしている先生です。)

会費：無料

申込締切：5月16日(木)

申込・問合せ：長井市社会福祉協議会

☎ 88-3711 / 87-1822(直通)

担当：鈴木・手塚まで



前回の作品

5月各種イベント情報

期日	時間	催し	内容	会場	対象	参加費	問合せ・申込	
4/2(火) ～ 6/9(日)	10時～ 17時	長沼孝三彫塑館 第一期展示 春の彫塑 (入館は午後4時半まで)	若者を題材にしたものや念仏踊りの連作など、春の息吹を感じる作品を中心に展示	長沼孝三 彫塑館	どなた でも	大人 300円、 高校生 200円、 小中學生 100円	文教の杜 ながい ☎88-4151	
4/2(火) ～ 6/2(日)	10時～ 17時	追悼 菊地隆知 木版画家のあしあと (入館は午後4時半まで)	昨年亡くなられた菊地先生を偲び、その作品を展示	丸大扇屋	どなた でも	無料	文教の杜 ながい ☎88-4151	
5/10(金) ～ 31(金)		白つつじまつり	園内には3,000株の白つつじがあり、一番の見所は、樹齢750年の七兵衛つつじ古木群です。	白つつじ公園	どなた でも	無料		
5/18	土	第30回 ながい 黒獅子まつり (30周年記念事業として2日間開催)	昼祭り:12時～ 夜祭り:17時半～21時まで	白つつじ公園	どなた でも	無料	長井市観光協会 ☎88-5279	
5/19	日		12時～17時にかけての予定。 5/1号の市報と一緒にチラシが配布されますので、詳しくはそちらをご覧ください。		どなた でも	無料		
5/11	土	14時～ 16時	長井バイカモン けん玉クリニック	毎月第2土曜日に開催。 福祉けん玉を使って、脳と身体をイキイキさせましょう。	タスパークホテル 2階プレールーム	どなた でも	無料	齋藤 直樹 ☎090-6226-3997
5/12	日	6時半 受付	新緑と残雪の 葉山民衆登山	午前6時30分受付 午前7時30分出發 (実施の場合、午前6時に花火で合図)	集合場所: はぎ苑駐車場(受付場所)※登山口までバス往復	どなた でも	千円	長井山岳会 鈴木 ☎84-0015
5/15	水	13時30 分～	みんなでシネマ (映画上映会) 『近距離恋愛』 上映時間101分	性格も生い立ちも正反対なトムとハンナは、大親友となって10年。ハンナが突然婚約したことで、トムは初めて彼女に恋していたことに気づく。トムは自分の想いを伝えようとするのだが…。	市立図書館3 階視聴覚室	どなた でも	無料	市立図書館 ☎88-2535

季節の変わり目にご注意を！ ～春の体調不良の予防と対策～

春は寒暖差が大きい季節です。「やる気がでない」「頭痛がする」などの経験はありませんか。このような症状は、自律神経の乱れによって引き起こされています。今回はその予防と対策をご紹介します。

- 1、食事は欠食なく、バランスよく摂りましょう
- 2、こまめに体を動かしましょう
- 3、入浴はシャワーだけではなく、湯船につかりましょう
- 4、睡眠をしっかりととりましょう
- 5、衣服で温度調節をしましょう
- 6、花粉症対策をしましょう



ちょっと頭の体操しませんか？

不定期で載せているなぞなぞです。みなさん、わかりますか？答えは、あとがきの下にあります。

- ①自分でグルグル回ってる本ってどんな本？
- ②1枚だときれないけど、たくさんだときれる紙って、何？
- ③古くなるほど若くなるものって何？
- ④家の中で怖い話をするのはどこ？
- ⑤いつも人のことを呼びつける魚は何の魚？



あとがき…みなさん、10連休はどのように過ごされましたか？お出掛けした方、自宅でゆっくりした方など、様々な過ごし方をされたと思います。リフレッシュできましたか？

なぞなぞの答えです☆

- ①辞典
- ②トランプ
- ③写真
- ④階段(怪談)
- ⑤鯉(来い!)