

# 信濃川

第31号

6. 3. 31

発行 加茂市公民館須田分館

編集者 分館長 小林 源一郎

## 一年を振り返って

須田分館長 小林 源一郎

地区の皆様におかれましては、お変わりなくお過ごしのこととお喜び申し上げます。今年度は異常気象に始まり、能登半島地震と自然災害が多い年でした。農家の方には高温による稲作や果樹栽培に多大な影響が出たと聞いております。収入に直接結びついてご苦労された事と推察いたしております。

能登半島地震では新年早々の大きな揺れでびっくりいたしました。能登半島地域は勿論、新潟県内特に新潟市内でも被害が出ており、一日も早い復興、復旧が望まれます。

お亡くなりになられた方のご冥福を心からお祈りいたします。

分館ではようやく活動が動き出しましたが、コロナ禍からの影響か参加人数不足や、天候の影響で中止せざるを得ない事業もありました。特にグラウンドゴルフ大会は、グラウンド状況が悪くて連続での中止となりました。地区上げでの行事が実施できなくて残念に思っております。

実施出来た行事につきましては、参加いただいた皆様の投稿をご覧ください。一年間のご支援ご協力に感謝申し上げます。

最後に、私事ではありますが、健康上の理由により年度末を持って辞職させて頂きました。コロナ禍でありましたが、ご支援ご協力いただき誠にありがとうございました。今後とも分館活動に対し、ご支援ご協力を宜しくお願い申し上げます。



《令和6年度 須田分館事業計画》 ※実施日が変更される場合があります。

事業名	実施月日	会場
挨拶運動	毎月2回	須田小学校(第2月曜)・須田中学校(第3月曜)
シニア教室(日帰り研修)	6月14日(金)	糸魚川方面
グラウンドゴルフ審判講習会	6月30日(日)	須田分館駐車場
グラウンドゴルフ大会	7月7日(日)	須田中学校グラウンド(西分館共催)
ヨガ教室	9月29日(日)	未定
ソフトバレーボール審判講習会	10月20日(日)	須田中学校
ソフトバレーボール大会	10月20日(日)	須田中学校
応急手当講習会	11月8日(金)	須田コミュニティセンター
婦人講座 手芸・生花・ フラワーアレンジメント	随時	須田コミュニティセンター他
輪投げ講習会	2月16日(日)	須田コミュニティセンター
輪投げ大会	2月16日(日)	須田コミュニティセンター
須田分館だより	4月1日	全戸配布
分館推進委員会議	4/25(木)・5/25(土) 9/7(土)・3/8(土)	

# シニア教室に参加して (日帰り研修)

下鶴森

渡 辺 恵 子

村上方面の研修旅行に、初めて参加しました。朝から激しい降雨により、バスを待っている間にすっかり濡れてしまいました。村上に着く頃には小降になり、イヨボヤ会館、おしやがり会館、若林家住宅、村上歴史文化会館を見学し、昼食は瀬波温泉旅館で、沢山の料理を満喫し、岩船漁港セーターで、お買い物して帰路に着きました。

皆さん知っている人達だったので良かったです。只、女性の参加が少なかつたので、



来年は大勢の方の参加がarella ばと思います。

## ヨガ教室に参加して

前須田

関 川 麻 夕 子

コロナウイルスが今年より第五類に移行になり、分館の活動行事も再開される中、9月24日秋晴れの中、須田分館で行われたヨガ教室に参加しました。

講師は、加茂市を拠点に活動されているルーツ・アイ・ヨガスタジオの泉田郁恵さんの指導で会がスタートしました。泉田さんの指示で普段の呼吸からヨガ呼吸に変わり、動作やポーズをとり、身を任せレッスンを受けました。

まずヨガの呼吸は、鼻から吸って鼻から吐き出す。ポーズを取る動作をアーサナと言います、この二つの動きを一緒にやるのですが、個人的には、タイムミングが合わない場面もありました。

レッスンも終了し、初めに感じたのは、体の関節の可動域が広くなり、すっきりとした気分になりました。上手い下手、隣の人と比較せずに自分の体の声を聴けて有意義な時間になったと思います。

そして須田地区の交流を図れる場になったのではないのでしょうか。ありがとうございました。



## 輪投げ大会に参加して

前須田

関 川 等

2月18日(日)に須田コミュニティセンターにて輪投げ大会に参加しました。

輪投げといえば年寄りの遊びというイメージが強かったので、今までやったことはありませんでした。今回参加したのは、須田分館事業で初めての大会だということ、参加人数が少ないとも聞いていたので参加することにしました。試合前の練習では的に入らず、うまく投げられるようにコ



ツをつかむまで苦勞しました。いざ試合が始まると笑顔と歓声にあふれた、実に賑やかな大会でした。上位に入賞する得点争いもあるので真剣勝負の緊張した時間でもありました。熱戦の結果なんと私が優勝することができて最高の喜びでした。(準優勝の方とは一点差でした)

輪投げは子供から大人まで楽しめる競技だと再認識できました。次回の大会では連覇を目指しますが、どなたでも出来る競技なので、多くの皆さんから参加していただきたいと思いました。

## 編集後記

分館主事 小 林 正 幸

今までコロナ感染防止対策のため各種事業が中止となりましたが、令和五年度は感染対策も緩和されたことにより活動することができました。

活動は多くの皆様の参加でより一層の交流が出来て、地区の活性化に繋がるものと思っております。どうか多数の参加をお願い致します。

発行にあたり玉稿をお寄せ頂いた各位、分館活動にご参加くださいました皆様に感謝申し上げます。

尚、4月より須田分館は閉館しますので、須田コミュニティセンターに機能・事業を統合いたします。



AED(自動体外式除細動器)を囲んで  
応急手当講習会 11月10日(金)