



6月号

さやまだい

公民館・地区センターだより

令和元年
2019年6月



狭山台健康体操の会 ～朝をさわやかに～

狭山台には17年前から健康体操をしているサークルがあります。5月からの暑い間は狭山台中央公園の涼しい木陰で、爽やかな林の空気を胸いっぱいにして、手足を伸ばして運動をして森林浴を満喫します▼日差しが欲しい12月から4月までは、暖かい広々とした2号公園に移動します。毎年4月初めには公園の桜のもと全員でお花見をします。中国式の体操でゆっくりとした動きのなかに全身の運動を取り入れ、冬でも終わるころには体が温まってきます。40分位の中に中国で行われている動きを取り入れた健康体操を音楽に合わせ、中国の音楽と号令で進めていきます。

(牧野記者)



春はみんなでのお花見 (狭山台2号公園)



広い場所でのびのびと (狭山台2号公園)



初夏に入ると木陰で爽やかに (狭山台中央公園)



早朝の時間同じ公園でのんびりと (狭山台中央公園)



～参加者の声～

- ・今年で体操を始めて17年目になります。これまで通算3,100回体操してきたことになります。会員が多いときは80名以上の参加がありました(80代女性)
- ・80才近くになりますが体操のおかげでどこも痛いことなく元気にすごしています。(女性)

～会長談～

- ・会員は今36名いますが、皆さん風邪をひいても軽くて済んでいるそうです。(80代男性)

一般
募集

初心者大歓迎!! 狭山台ふるさと祭りで 写真を楽しむ撮影会



公民館利用団体「狭山台写真サークル 彩光会」と一緒に狭山台ふるさと祭りを撮影しませんか?

撮影した作品は狭山台公民館1階「ギャラリー狭山台」に展示します!

[日時] 7月27日(土)

15:00集合 16:30～18:30撮影

[集合場所] 狭山台公民館 第1会議室

☆15時から撮影会の流れ等を説明

[撮影場所] 狭山台中央公園 野球場(お祭り会場)

[撮影カメラ] スマホ・デジカメ・一眼レフカメラ等すべてOK!

[参加費] 無料 [定員] 10名(先着順)

[申込み] 6月17日(月)から狭山台公民館

事務室へ [Tel:2957-1271](tel:2957-1271)

受付時間 9:00～17:00

(日曜・祝日除く)

童話「かわいそうなぞう」の作者、故・土家由岐雄氏が提唱した、子どもの心で詠む俳句「童句」

童句翁忌句会 童句募集!

狭山台ゆかりの童句の世界を感じてみませんか。童句大会に向けて、たくさんの童句を募集中です。

投句だけの場合、費用はかかりません♪

[童句申込締切日] 6月29日(土)

[申込み方法] 葉書にて

[応募条件] ※ 応募は未発表の童句を1人3句まで

①互選会への出欠を書き添えてください

②作品の著作権の有無を記載

[申込先] 〒350-1304 狭山台2-1 2-17-205

狭山童句研究会 渡川 誠さん

[童句大会] 7月7日(日) 狭山台公民館 ホール

1部 互選会 10:30～

2部 受賞者発表・童句鑑賞 13:30～

[参加費] 1,000円

※投句のみ、および2部の受賞者発表・童句鑑賞のみに参加される場合は無料です