

みずさわ通信

令和7年6月号

第357号

水沢地区市民センター

☎758-3101、FAX758-3102

E-mail:t-mizusawa-k@city.

tokamachi.lg.jp

郷土料理教室参加者募集!

❖後世に伝えたい郷土料理を作ります。どなたでも参加できますので、お誘いあわせのうえ是非ご参加ください。お子さんやお孫さんと一緒に参加も大歓迎です!

日時 6月28日(土)

午前9時30分～11時30分

場所 水沢地区市民センター 2階 調理室

講師 蕪木 康子さん

対象 子どもから大人までどなたでも
(※小学3年生までは保護者同伴)

定員 先着12名

参加費 1,300円(当日徴収)

持ち物 エプロン、三角巾、ハンカチ、
マスク、持ち帰り用容器申込み 6月20日(金)までに
水沢地区市民センターへ

【メニュー】

- ・笹ずし
- ・車麩の甘辛ダレ
- ・ふきの卵とじ

※変更になる場合があります。

【馬場小学校閉校記念誌】

令和7年3月31日をもって閉校となった、馬場小学校の記念誌が発刊されています。
昭和24年度～令和5年度の卒業写真が掲載される等、昔懐かしい写真がいっぱいです。
残数分の販売しかできませんが、この機会にぜひお買い求めください。
1冊3,000円(必要な方は水沢地区市民センターにご連絡ください)



【7月の定期講座】

★家庭支援事業(はぐくみのまちづくり運動)

・いっしょにあそぼ…☆3日・10日・17日・24日・31日(木)
午前10時～

🌸いっしょにあそぼからのおしらせ🌸

◆7月3(木)は【七夕】のイベントDAYです★☆☆

パネルシアター・リズム体操・手あそび・工作など…

七夕にちなんだイベントを計画しています。

お申し込み、お問い合わせは

水沢地区市民センターまで



●ふれあい給食(高齢者などへの弁当配達)

7月1日・15日(火)午後 ※第1・3火曜日
一食500円 ※希望者は社会福祉協議会へ
(☎757-3565)

●まんさくの会(高齢者のつどい)

7月18日(金) 午前9時30分～

【内容】ゲーム・紙芝居



7月の無人貸館日

◆5日・6日・12日・13日・19日・20日
21日・26日・27日

※土曜日・日曜日・祝日は、事前に申し込みが
あった団体・個人のみ利用できます。

※利用申込みは10日前までにご連絡ください。

★みずさわ長寿講座

講座名	日にち	開始時間
レクダンス	8日(火)・23日(水)	午後1時30分～
健康体操	1日(火)・15日(火)	午後1時30分～
ルーシーダットン	11日(金)・25日(金)	午後1時30分～
お菓子づくり	3日(木)	午後1時30分～
生け花	9日(水)	午後1時30分～

◆蔵書点検◆

6月9日(月)～16日(月)

期間中は本の貸出しができなくなります。
ご了承ください。(返却はできます)



第41回 水沢地区民卓球大会参加者募集!!

【日 時】 7月6日(日)

8:30~受付→9:00~競技開始

【会 場】 中里アリーナ(十日町市上山)

【主 催】 水沢地区体育協会

【参加料】 **社会人600円・中高生300円**

【申込み】 **6月27日(金)**までに水沢地区市民センター
または担当:高橋(090-8843-8140)まで

■詳細は水沢地区市民センターにある開催要項をご確認ください。

【種 目】 個人戦

〈一般の部〉

→中3、高校生、社会人

〈初級者の部〉

→中1・2、卓球初心者

※各種目とも男女混合、中学2年生でも一般の部に参加可能



6月1日(日)に第22回スプリングカップバレーボール大会が水沢小学校体育館で行われました。

6チーム・80名が参加し、白熱した試合となりました!!結果は下記のとおりです。

★秋の大会も、多数の参加をよろしく
お願いいたします!!

優勝:スーパーモニモニ 準優勝:ぶいず 3位:パワフルT's

【樋口 誠さん 水沢地区振興会褒賞受賞】

5月25日(日)に行われた水沢地区振興会総会において、褒賞を受賞された樋口 誠さん。同会の会長並びに顧問を長きにわたりお勤めいただき、各種の活動を通して地域に大きく貢献されました。また、毎年のご寄付により、振興会の事業展開に多大なるご支援をいただいております。



◆脳いきいき講座

参加費無料!!

認知症になる前に低下しやすい記憶力、注意力、思考力、言語などの脳の認知機能を測る「ファイブ・コグ検査(45分程度)」と、認知症予防に役立つ講話を組み合わせた講座です。

脳の健康度を知ること、自分に合った認知症予防についてのヒントが得られます。

◆対象者 認知症予防に関心がある※水沢・中里地区の70~84歳の方(過去受講者は対象外)
(※定員に空きがある場合は、他地域の参加も可)

◆場 所 中里庁舎(中里支所 3階) ※駐車場に限りがあります。乗合等ご協力お願いします。

◆日 程 ※2日間とも参加できる方のみ

1日目:7月9日(水) 2日目:8月5日(火)

★両日とも13時30分~15時

◆定 員 30名(定員になり次第締め切り)

◆内 容 1日目 【脳の健康度テスト「ファイブ・コグ検査」を体験してみましょう】

2日目 ■ファイブ・コグ検査結果の返却

【検査結果の見方と認知機能を維持向上させる生活習慣】

【市の活動や通い場等の紹介】

◆持ち物 眼鏡(必要な方)、飲み物など

◆申込先 7月1日(火)までに十日町市役所 地域ケア推進課へ ☎757-3511



『富井センター長のつぶやき。。。』

毎月(8・1月を除く)、当センターを会場に「まんさくの会」が行われています。この会はボランティアの方たちが、水沢地区の高齢者の方を対象に、演芸会や季節の行事、手作りの昼食をふるまうなど、参加者の皆さんにとっても喜ばれている会です。

先日の昼食はカレーでしたが、センター職員もおすそ分けをいただきました。白飯にカレーを掛けながら、「これはカレーライスなのか?ライスカレーなのか?」とふと気になりました。どちらが正しいのかなぁ。。。

