

## 1.地域のつながりを深める事業

### 【婦人学級の百歳体操】

毎週金曜日に開催している「百歳体操」は、これまでに20回を超え、多くの方から「身体が温まってくる！」  
「少しでも運動したい！」とのお声をいただいています。

高齢者の方が体操や運動を行うことで得られるメリットはたくさんあります。

- ・筋力やバランス感覚の維持により転倒予防に効果的！
- ・認知機能の向上や気分転換で心もスッキリ！
- ・グループで運動することで交流の場にもなります！

健康づくりの第一歩として、「百歳体操」で心も体も元気にしましょう！ぜひ一度ご参加ください！



### 【ゆり写生大会】

前日まで天候が心配されましたが、当日は天候にも恵まれ無事に開催することができました。町内外から58名の参加者が集まり、意気込んで園内に入っていました。参加者のみなさんは、花の特徴をじっくり観察しながらスケッチに集中し、それぞれの個性あふれる表現で花の美しさを描いていました。描き終わった方々から、完成した作品をスタッフに提出し、振る舞いのかき氷を楽しんでいました。後日、審査会が行われ、どの作品も素晴らしく、審査員の方々も真剣に選考されていました。受賞されたみなさん、おめでとうございます！

来年度もたくさんのご参加をお待ちしております。



## 2.文化・教育の場としての事業

### 【キノコの菌打ち&モルック】

4月24日、中部地区まちづくりセンターで「なめこの菌打ち体験」と「モルック体験」を開催しました。イベントには4名の参加者と保護者2名、他地区のまちづくりセンター職員が参加し、賑やかな雰囲気の中で実施されました。菌打ち体験では、高学年の希望者がドリルでナラの木に穴を開け、その後全員で金槌を使いキノコの菌を打ち込みました。この菌が収穫できるのは来年の秋ごろで、体験を通じて「食育」についても学んでいただければと思います。その後、多目的ホールでモルックを楽しみました。50点ちょうどにするのは難しいながらも、皆さん笑顔で楽しんでいただけたようです。



### 【みそ作り体験教室】

6月3日、中部地区まちづくりセンターの調理実習室で親子・ご家族を対象に「みそづくり教室」を行いました。地元の大豆を使い、和やかな雰囲気の中、子どもたちとご家族が協力しながら楽しく味噌づくりを体験しました！麴をほぐして塩と混ぜ、大豆を砕いてから丁寧に混ぜ合わせ、味噌団子を作って樽の中へ。「それっ！」「えいっ！」と元気な声が響きました。最後に塩をふりかけたら、約半年から1年後の完成を待つばかり。味噌が熟成したころには、きっとご家族で賑やかな食卓が囲まれることでしょう。みなさんの笑顔あふれる1日でした。



### 【郊外体験学習】

8月8日、夏休みの郊外体験学習として、仙台市天文台へ行ってきました。第一小学校の1年生から6年生まで、多くの方にご参加いただき、今回も定員を上回るご応募をいただきました。まちづくりセンターに集合後、バスで出発。天文台では、宇宙の広がりを感じられる展示や、遠心力の不思議を体験できるコーナーを見学し、プラネタリウムでは250名以上の来場者と共に満天の星空を堪能しました。昼食は「キッチンみうら」でハンバーグランチを堪能。実はちょうどその頃、仙台市の七夕の時期と重なっており、どこも予約が取れない状況でしたが、三浦オーナーは快く引き受けてくださいました。また、オーナーの計らいで調理風景を見学することもでき、三浦オーナーには心より感謝申し上げます。今回の体験を通して、宇宙の大きさや天体観測の楽しさを改めて感じることができました。この経験を活かし、私たちの地元にある天文台の利用活性化にもつなげていければと思います。次回の郊外体験学習へのご参加も、ぜひお待ちしております！

### 【婦人会笹巻き作り】

8月3日、中部地区まちづくりセンターにて「おやこで笹巻き作りにチャレンジ！」が開催されました。町婦人会の皆さんが先生となり、親子で笹巻き作りに挑戦しました。イベント当日は、自己紹介の後に家族ごとに別れ、先生方のお手本を見ながら、子どもたちも見よう見まねで一人10個を目標に挑戦。最初は笹の結び方に苦戦していた参加者も、すぐに上達し、手際よく作業を進めていました。また、笹巻きが茹で上がるまでの間は、「大谷翔平の野球をしよう！」の本の読み聞かせが行われ、子どもも大人も興味深く耳を傾け、「失敗も次につなげば失敗じゃない！大事なのは勇気を持ってやってみること！」という言葉が心に残りました。出来上がった笹巻きを皆で試食し、婦人会の皆様と楽しい交流を過ごしました。準備から当日のサポートまでご協力いただきました町婦人会の皆さん、ありがとうございました。



### 3.課題や疑問に寄り添う事業

#### **【中部ほのぼのサロンと避難訓練】**

9月10日、中部地区まちづくりセンターで「中部ほのぼのサロン」の参加者と共に防災訓練を実施しました。佐藤防災さんの協力のもと、火災を想定した避難誘導にアラーム音を鳴らしながら行い、通報体験も実施しました。消防署に事前連絡の上、「火災ですか？救急ですか？」から始まる通報内容のやり取りを経験し、実際の緊急時をイメージしました。この訓練を通じて、普段から住所や周辺の状況、避難経路を確認しておく大切さを痛感。また、アラーム音に慌てず的確に行動するには繰り返しの訓練が必要だと感じました。参加者の避難誘導を行う中で、避難場所や手順を正確に把握することの重要性を再認識した貴重な機会となりました。



### 4.地域の声を反映した事業

#### **【スマホ・パソコン教室】**

5月から月1回開催しているスマホ教室は、大変ご好評をいただいております！一般的な大人数形式とは異なり、個別教室なので、参加者それぞれの疑問や課題に合わせて進められるのが魅力。知りたいことを効率的に学べると好評です。参加者からは「1時間があっという間だった！」「まだ知りたいことがたくさんある！」との声もいただいています。1回だけでも、何度でも参加可能です。ただし完全予約制ですので、事前予約をお忘れなく。この機会にスマホを学んで、新たな挑戦を始めてみませんか？皆様のご参加をお待ちしております！

### 5.学校支援事業とボランティア活動

#### **【第一小学校5・6年生家庭科見守りボランティア】**

昨年より、第一小学校からの依頼を受けて、中部地区婦人学級が家庭科見守りボランティアとして授業のお手伝いに参加しています。当時、五年生の学習テーマは「手縫いの基本」で、玉結び、玉止め、ボタン付けの勉強です。どの子も真剣な表情で作業に集中し、わからないところは地域のボランティアの先生に質問して教えてもらう場面もあり、楽しい交流が生まれました。子ども達が地域に知っている人が増え、地域世代交流によって、防犯や地域で見守る意識が高まることを期待しています。



### 【中学生ボランティアクラブごみ拾い】

9月4日、23名の中学生がまちづくりセンターでごみ拾いボランティア活動を行いました。

この活動は、8月21日に二人の中学生が「ボランティア活動がしたい」とまちづくりセンターに相談に来たことから始まりました。まちづくりセンターはサポート体制を整え、中学生が自らチラシを作成し参加を呼びかけた結果、多くの中学生が集まりました。当日はまちづくりセンター周辺や小学校周辺、公園周辺を二班に分かれて活動しました。活動後のアンケートでは、「ごみが思ったより多かった」「友人の誘いで参加した」「次回も参加したい」といった声が多く寄せられました。積極的に取り組む中学生たちの姿がとても頼もしく感じました。

まちづくりセンターでは今後の活動も全面的に支援していきます。

また、皆さまからの「〇〇がしてみたい！」のお声が、新たな事業の第一歩となります。

お気軽にお声がけください。参加してくれた中学生の皆さん、本当にありがとうございました！



## 6.ホームページや館報での情報発信

- ・活動内容やイベント告知は、公民館のホームページにて発信しました。
- ・二次元コードを事業の申込フォームや感想のアンケートに活用しました。

## 7.まとめと今後の取り組み

令和6年度上半期、中部地区まちづくりセンターでは、地域住民とのつながりを深め、健康促進や文化・教育の場として多くの取り組みを展開しました。「百歳体操」は高齢者の健康維持や交流の場として好評で、「身体が温まる」「運動したい」といった声が寄せられています。また、「ゆり写生大会」や「なめこの菌打ち体験」、「みそ作り教室」や「郊外体験学習」などの活動を通じ、親子の協力や学びを促し、地域交流を深めました。避難訓練や家庭科見守りボランティアも実施し、安全意識や世代間交流を推進しました。さらに、スマホ教室で地域住民のITスキル向上を支援しています。新たな試みとして、中学生によるごみ拾いボランティア活動を実施。次回も参加したいとの声が多く寄せられました。

下半期は、地域の「交流拠点」としての役割をさらに強化し、多くの方々と関わる場を目指してまいります。