

シニアプラザ

秋
2020

レジャー



◇ 今年もアツい闘いが行われました！ ◇

10月8日(木)、「第8回 シニア・スポーツウエルネス吹矢初心者大会」を開催しました。今年は新型コロナウイルス感染症対策を図り、会場をなのはなプラザから、広く換気のできるアイドームへ変更しての開催となりました。今回も、一関市スポーツウエルネス吹矢協会さんに協力を頂き、初心者の方でも安心して楽しめる大会とすることができました。シニア活動プラザで9月に行った、スポーツウエルネス吹矢講習会修了者から3名の参加があり、講習の成果が発揮できたようです！

社会貢献セミナーを開催しました

- 8月22日（土）なのはなプラザ3階 大会議室
【モノを整理して人生をスッキリ生きる】



講師の佐川貴典さん

参加者からは、整理された環境で過ごすということは、時間、経済、精神的に余裕が生まれるため、「片付けは目的ではなく、人が幸せに生きるための手段」と考え行くと楽しくできるなど、モノの整理の大切さと目的を学びました。

第1回目は、整理収納コンサルタント KOKORO家 代表 佐川貴典さんを講師にお迎えし、モノの整理ということで、整理→収納→整頓・片付けの意味と方法、効果についてお話をいただきました。



- 9月26日（土）なのはなプラザ3階 大会議室
【クマゲラの生態】



講師の藤井忠志さん

第2回目は、NPO法人本州産クマゲラ研究会 理事長 藤井忠志さんを講師にお迎えし、長年取り組んでいるNPO法人の活動を通じて、自然保護活動等の社会貢献につなげている活動や、希少なクマゲラの生態について、約180枚もの写真を交えながらお話をいただきました。

クマゲラの生態のほか、世界遺産登録や一関の自然保護とのかかわり等についても学ぶことが出来ました。

シニアの活動掘り起し事業

クマゲラの世界展を開催

「シニアの活動掘り起し事業」は、市内外で活躍されているシニアの取り組みを皆さんに紹介し、活動を通じて新たに活動に取り組むシニア世代の社会参加、社会貢献活動につなげていくものとして始めた事業です。

今年9月25日(金)～29日(火)までの開催となり、9月26日(土)の第2回シニアの社会貢献セミナー「クマゲラの生態」と同時開催をし、併せて「一関地方野鳥の会」の写真展示も行いました。109枚もの壮大なクマゲラの写真展示となり、100人を超える来場者の方々にはクマゲラと自然環境について知っていただける機会となりました。



健康長寿サポーター育成講座の様子



一関市体育協会の小野寺留美さんによる実技講習

9月23日(水)より健康長寿サポーター育成講座が始まりました。全6回の講義と実技からなる講座で、健康寿命を延ばす具体的な習慣や運動を学習し、地域の中で活動する「健康長寿サポーター」を育成しています。修了後「健康長寿サポーター」の認定証を交付、登録し、市民センター等を通して地域に紹介します。

～シニア活動プラザのこれからの事業～

▼シニアの詩吟体験講座

- 日時：11月9. 16日 12月7. 21日
1月18. 25日 月2回の月曜日
10時00分～11時00分 全6回
- 会場：シニア活動プラザ
交流室 1
- 講師：小山 岳耕さん
(陸中岳風会 会長 他)
- 定員：10名(概ね55歳以上の方)
※定員になり次第締め切り
- 参加費：無 料

▼シニアの社会貢献セミナー

- 日時：11月11日(水)
10時30分～12時00分
- 会場：なのはなプラザ
3階 大会議室
- 演題：防災・減災の基本と
私たちの責務
- 講師：佐藤 志行さん
(元一関市消防長)
- 定員：30名(概ね40歳以上の方)
※定員になり次第締め切り
- 参加費：無 料

▼シニア活動プラザ講演会

- 日時：11月19日(木)
10時00分～11時30分
- 会場：なのはなプラザ
3階 大会議室
- 演題：平泉の文化遺産を語る
わが心の人々
- 講師：佐々木 邦世さん
(中尊寺仏教文化研究所所長)
- 定員：30名(概ね55歳以上の方)
※定員になり次第締め切り
- 参加費：無 料

▼シニアのパソコン入門講座

- 日時：12月2. 9. 16. 24日
1月8. 13. 20. 27日 全8回
10時00分～12時00分
(12月24日と1月8日のみ
13時30分～15時30分)
- 会場：シニア活動プラザ
交流室 2
- 講師：一関市パソコン同好会会員
- 定員：10名(概ね55歳以上の方)
※定員になり次第締め切り
- 参加費：1000円(テキスト代別途)

【すべてのお問い合わせ・お申し込み先】

一関市シニア活動プラザ 〒021-0881 一関市大町4番29号
 なのはなプラザ3階 TEL: 0191-31-8118 FAX: 0191-31-8120
 E-mail: senior1shakyo@icn-net.ne.jp

編集後記

新型コロナウイルス感染予防対策のため開催が延期となっていた事業が、ちょっと遅れてしまいましたが、対策を講じ予定通り開催することができました。予定していた事が予定通りできる「当たり前」が一番幸せだな…と、事業を通して改めて感じました。(谷)

□編集・発行 一関市シニア活動プラザ
 〒021-0881 一関市大町4番29号
 なのはなプラザ3階 TEL0191-31-8118
 HP: www.ichinoseki-shakyo.com/senior
 □発行 令和2年10月

一関市シニア活動プラザは、一関市から一関市社会福祉協議会が事業を受託して運営しております。
 社会福祉法人 一関市社会福祉協議会
 〒021-0877 一関市城内1番36号 TEL0191-23-6020 FAX0191-23-6024