

サークル  
**輪**  
通信

みんなで広げる



白鷹ヨガ愛好会（代表 菅原 重子さん）

◆ヨガの魅力とは？  
○静かなBGMを聞きながら、ゆっくり体を動かします。他の人と比べるのではなく自分の体を感じる事です。長い間くせになっていた姿勢や身体の歪みに気付くこともあります。  
◆体が固い人でも大丈夫？  
○大丈夫です！他の人と比べるものではないし、ここまでできなければならぬ、という事ではありません。自分のペースで深い呼吸とともに、心地よい身体の伸びを感じてもらえれば良いと思います。  
◆会員数はどれくらいですか？  
○20代～60代までの11人です。国際ヨガ協会トレーナーの衣袋幸恵先生に指導していただいています。



《心地よいBGMでゆっくりと身体を伸ばします。》

◆最後に一言  
○バスタオルと5本指のくつ下があれば誰にでもできます。ちよつとやってみてほしいな、と思われたかたは、いつでも体験できますので気軽に参加してみてください。  
毎週木曜日午後7時30分から9時まで、中央公民館いこいの間で行っています。  
■問い合わせ 菅原 重子  
☎85-13744（夜間）

▼3月4日、蚕桑小学校に伺いました。教室には卒業式までのカウンタダウンが飾られ、予定には「卒業式の練習」の文字、そして「サーージュ作り、学校全体が3月18日に行われる卒業式へと向かっています。お世話になった先生や6年間過ごした校舎との別れ、中学生になるといつ人生の階段を一段昇ることへの期待と不安、独特の雰囲気、教室を包んでいました。子ども達には卒業という区切りがあり、社会人にも年度末、新年度という一年の区切りがあります。昨年4月から広報を担当させていただきました。取材にご協力いただきました。本当にありがとうございました。（おおたき）



戸籍の窓

【2月1日～2月28日届出】

ご結婚おめでとう

氏名	住所
(加藤 健吾)	南陽市
(布施 奈津美)	中山
(佐藤 義彦)	十王
(月田 あゆみ)	山形市
(橋本 一馬)	畔藤
(須藤 茜)	川西町
(佐藤 聡)	畔藤
(鹿間 涼子)	長井市

こんにちは赤ちゃん

住所	父母の名	子の名
浅立	高橋 孝二 冬美	結 羽
下山	吉田 秀和 幸子	ゆう や
鮎貝	鬼塚 敬 絢子	あいの すけ 藍乃介
広野	小関 将充 歩	みゆ ゆう
深山	樋口 一弥 美佳	れい 嶺



お く や み

住所	氏名	年齢
十王	橋本 正二	97
荒砥甲	鈴木 好子	86
浅立	後藤 寅男	86
荒砥甲	安部 晴雄	91
高玉	佐藤 昭榮	75
中山	細矢 博	86
鮎貝	長谷部 なを	96
山口	菅 市助	90
中山	高橋 きみよ	87
高玉	佐藤 一男	88
箕和田	菅 孝	81
荒砥甲	長谷部 うめ	101
深山	今 利一郎	79
萩野	川部 たか	97
広野	黒沼 つる	88
深山	樋口 義見	92
鮎貝	岡部 朝	92