

# 荒砥

発行日：令和3年2月15日

発行所：荒砥地区コミュニティセンター

Tel 85-0260

Fax 85-0263

思いやる心が築く明るい荒砥

## 防災倉庫 完成間近！



11月から着工した防災倉庫が、中旬を持って完成します。町からの引き渡しを受けた後、ホールや車庫に仮置きしている荷物などを、スポーツ振興会のみなさんの力を借りて引っ越しします。

大寒波の度重なる到来で、1月中旬より延期を余儀なくされてきたイルミネーションの撤収作業でしたが、1月31日(日)によりやく実施できました。前々日からの大雪で、ふわふわの白雪が健康広場に積もる中でも、青空が広がり、気温は低すぎず、気持ちのいい作業日でした。前日のうちに、有志が除雪して足場を作っていてくれたので、作業も効率的に進み、1時間程でツリーを撤去しました。東屋の屋根の上は深い積雪があり凍っていたため、後日に持ち越しました。

総務企画部では、来年ぜひ規模を広げて実施したいと考えていますが、広く参加グループを募っていきたく、荒砥の冬の癒しになればいいなと思っています。



ツリーの後は  
雪だるまが出現



アラトーク  
リレー 荒砥ーク arataalk! ②

横川 雅浩 (八幡1)



ここは荒砥について思うこと、気になることなど、「荒砥」をテーマに語っていただくところです。リレー形式で次の人に繋いでいきます。

令和3年を迎え皆様はどのような目標を立てたでしょうか。

昨年からのコロナ禍の影響で、行動を起こしたくても制限を受けてしまい、昨年の目標を達成できずに一年が終わってしまった人も多かったと思います。

荒砥コミセンにおいても、今年度計画していたものの、多くが「密」を防ぐなどの観点から開催されずに終わろうとしているのが現状です。

今だからこそ出来る事はないでしょうか？

制限されているこの時間を、みんなが、「荒砥に生まれて良かった」

「荒砥で一生過ごしたい」

と思えるような“まちづくり”の準備期間と捉えてはいかがでしょうか。

生活の拠点としてコミセンに移行して5年、“まちづくり”を役員任せで自分には関係の無いことと思っていないませんか？

荒砥には風光明媚な良いところがたくさんあります。

年々人口が減少していく中、住民一人ひとりが荒砥に関心を持ち、心豊かに住みよい荒砥を作るために、老若男女問わず多くの意見を出し合い、議論し、前に進んでいくことが必要なのではないのでしょうか。

将来、子どもたちが荒砥を離れた時、生まれ育った地元を誇りを持ち、自信を持って全国に発信していけるようなまちづくりを一緒にしていきませんか。

荒砥についての思いを語るバトンは、山本幸子さんに繋げていきたいと思っています。



## スポーツ振興会主催

スポーツ講習会・健康事業

### 「効果的なストレッチと筋トレ」

自粛生活に役立つ!

スポーツ振興会では、スポーツ推進員と合同企画でスポーツ講習会を行います。今回は一般向け健康事業も兼ねて実施します。

日時 / 2月27日(土) 15時~16時30分

会場 / 荒砥コミセン 大ホール

講師 / 菅野信也トレーナー

参加 / 荒砥地区の方は無料

申込 / 荒砥コミセン TEL 85-0260

テーマ / 「自粛生活での運動不足解消法」

内容 / ① ②

#### ①凝り固まった身体をストレッチでほぐそう

ストレッチの方法を正しく学んで、凝り固まった身体をほぐし柔らかく伸ばしていきましょう。それは血流を促し代謝を高め、老化を防いで健康な体を作っていきます。

#### ②簡単な筋トレの方法を知ろう

使わない筋肉は小さくなっていきます。

身体の線がタルタルになっていくだけでなく、ついには自分の足腰が弱り、自力で立てなくなる...なんて事は避けたいですね。自分でできる効果的な筋トレを教えてくださいましょう。

そして自分の周りに、教えてあげましょう。



今さら聞けない!! PC教室いっほど必要はない!!  
ここどうするの? ...などなど

## ちゃんと教わりたい! PC基礎

## パソコンお悩み相談

★ 随時受け付け中 (..)ゆメモメモ

条件 / 自分のノートPCを持参できる  
完全予約制で、1回1時間程度ずつ  
何回でも可です。

インターネット、システム、修理は除外

場所 / コミセン事務室

もちろん無料

時間 / 応相談 (9:00~17:00の間)

申込 / TEL 85-0260 新野まで



## パソコン教室 初級編 参加募集!

プロの先生に教わりたい方はこちら!  
町内会にもお仕事にも役立ちます。

◆ PCは当日お貸しできます (持参でもOK)

基本第1、第3水曜夜 19:00 ~ 20:30

3月3日(水)	ワード 初級 ①
3月17日(水)	エクセル初級 ①

会費 / 1回 500円

講師 / 黒澤敏明先生

会場 / 荒砥コミセン

申込 / TEL 85-0260 先着5人まで

今後の予定

4月7日(水)	ワード 初級 ②
4月21日(水)	エクセル初級 ②
5月12日(水)※	ワード 初級 ③
5月19日(水)	エクセル初級 ③
6月2日(水)	ワードで文書作成
6月16日(水)	エクセルで簡単数式

※5月は第2水曜です

★ワードとエクセル両方の受講もできます。  
密を避けるため、それぞれ先着5名で締め切らせていただきます。



## 白鷹東駐在所からのお知らせ



### スリップ事故に注意!

過去5年1月~2月にスリップによる死亡事故が7件発生しています。慎重な運転を心掛けましょう。

- ①スピードは、夏場より10キロ以上減速する
- ②車間距離は、路面乾燥時の2倍以上とする
- ③急加速、急ブレーキ、急ハンドル等の操作は避ける
- ④視界不良時は、前方をよく見て早めに減速する
- ⑤危険がいっぱい、追い越しはしない

# 荒砥地区 スケジュール

お申込み  
お問い合わせ

TEL 0238(85)0260

コミセンは、感染防止マナー※を守り、有効にご活用ください。  
(※入館時の検温と手指アルコール消毒、マスク着用、三密を避けて人との距離をとる)

全般、新型コロナ感染症の感染状況により、予定が変わることがございますので、ご承知置き下さい。

2020年2月～2021年3月

ご自分のスケジュールを書き込んでご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
2/21	22	23 天皇誕生日	24	25 13:15～ 元気わくわく 教室	26	27 13:00～ 防災倉庫引越し 15:00～ スポーツ振興会 「ストレッチ・筋トレ」
2/28	3/1	2	3 19:00～ PC教室 ワード初級①	4 13:15～ 元気わくわく 教室	5 15:00～ 青パト巡回	6
3/7	8	9	10	11 13:15～ 元気わくわく 教室	12 19:00～ 荒砥地区 コミュニティ運営 協議会 役員会	13
14	15	16	17 9:30～ 一筆画教室① 19:00～ PC教室 エクセル初級①	18 13:15～ 元気わくわく 教室	19 15:00～ 青パト巡回	20
21	22	23	24 9:30～ 一筆画教室②	25 13:15～ 元気わくわく 教室	26	27

❀日時：1回目3月17日(水)9:30～11:30  
2回目3月24日(水)9:30～11:30

❀内容：①ミニ色紙に桜を描きます  
②色紙に水仙を描きます

❀講師：渡辺 久美氏 (八幡1)

❀材料代：1回 500円

❀対象：老若男女どなたでも

申込み締切り：2月26日(金)まで

TEL 85-0260 荒砥コミセン

❀持ち物：手拭きタオル・マスク

★絵の具道具・材料は、こちらで準備します。

春の足音が聞こえそうな  
今日このごろ



季節の花を描いて  
みませんか♡

絵画教室 ～一筆画～  
簡単、気軽に描ける一筆画  
コツをつかめば、どなたでも描けます