

葛巻福祉大学  
「大人の講座」

# 町外研修 in 毛越寺 開催しました！



①毛越寺山門前で集合写真②浄土庭園に咲くハナシヨウブを鑑賞  
③座禅体験で集中力を高める参加者

6月18日、葛巻福祉大学「大人の講座」の町外研修が平泉町の毛越寺で行われ、20人が参加しました。  
研修では、6月15日から7月7日まで開催されている「毛越寺あやめまつり」で300種類のハナシヨウブが約3万株咲き誇る様子を鑑賞し

ました。同所で行われた座禅体験では、日常を忘れて自身と向き合うための集中力を身に付けようと、心を落ち着かせて臨んでいました。参加者は「座禅はしたことがなく、貴重な体験ができてよかった」と研修内容に満足した様子でした。

長縄跳びに挑戦！町内のさまざまなチームが参加しました。



## 5月29日～6月5日 チャレンジデーくずまきWEEK2024 健康づくりとともに仲間との親睦深める

昨年度で終了した住民総参加型スポーツイベント「チャレンジデー」が、本年度は「チャレンジデーくずまきWEEK2024」として、5月29日から6月5日の8日間取り組まれました。

この期間中はさまざまなスポーツ活動が企画され、町民の皆さんが自分のペースで好きなスポーツに取り組むことができる形になりました。

5月29日は各地区体育振興会でチャレンジスポーツ大会が行われ、ファミリーバレーやニュースポーツなど和気あいあいと競技を楽しんでいました。

6月2日に行われた第40回葛巻町民総合体育大会では、チャレンジスポーツ大会と総合開会式

の参加人数によりポイントが加算される特別ルールが追加され、各地区体育振興会はより多くの人に参加できるよう声を掛け合って競技に臨みました。

また交流対戦として秋田県小坂町と長縄跳びで対戦。跳ぶ人数×回数がポイントとなるルールで当町からは24チームが挑戦しました。結果、当町の葛中バスケットボールチームが小坂町の上位チームを抑え、勝利しました。

8日間の「チャレンジデーくずまきWEEK2024」では、体を動かすことで健康に対する意識が向上しただけではなく、スポーツを通じて地域や職場の仲間との親睦を深める機会ともなったようです。

..\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\* 葛巻福祉大学「大人の講座」 ..\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*.\*

### ポーセラーツ創作を開催します！

- ▼日 7月23日(火) 10時～13時30分
- ▼場所 森のこだま館
- ▼内容 ガラス陶器の制作  
※ガラス、耐熱タッパー、風鈴の中から1つ選択
- ▼講師 ポーセラーツ教室ルシエル 中目真琴さん(久慈市)
- ▼対象 町内在住の60歳以上の人
- ▼参加費 1100円(材料代)
- ▼定員 10人
- ▼申込 7月12日(金)までに電話でお申し込みください。
- ▼その他 会場まで送迎バスを運行します。(9時45分～くずまき発) こだま館で昼食をとります。(自己負担)

岡公民館 ☎6518990  
※焼成のため、作品のお渡しは後日となります。

#### ポーセラーツとは？

転写紙を使って絵付けをすることです。



チャレンジスポーツ大会

健康アップ体操教室

いきいきスポーツ大学



みんなの遊VIVA (あそびば)

第40回葛巻町民総合体育大会前期競技