

発行：千厩市民センター
発行日：令和7年11月25日
電話：52-2309 FAX：53-2565
ホームページ http://www.senmachi.com



せんまや 市民センター

鳴子峡で健康づくり 健康教室「紅葉ウォーキング」

千厩市民センター主催の健康教室ウォーキングは10月29日、宮城県大崎市の鳴子峡で開催しました。

鳴子峡の遊歩道は、赤や黄に染まる紅葉が見頃を迎え、参加者26人は自然の美しさを満喫しながら歩くことで心身をリフレッシュしました。

今年度の最終回となった健康教室ウォーキングは、日常生活にウォーキングを取り入れるきっかけづくりとして企画したもので、健康維持と仲間づくりの場としても好評を得ました。



花づくり笑顔広がる 元気セミナー「ディップフラワーづくり」

千厩市民センター主催の元気セミナーは10月30日、「ディップフラワーづくり」を開催しました。

かんざし作家の梅子（UMEKO）さんを講師に、専用のワイヤーと液を使い、花びらを形づくる作業に受講者は真剣に取り組みました。色鮮やかな花が次々と完成すると、会場には歓声と笑顔が広がり、達成感に包まれました。参加した10人はそれぞれ作品を仕上げ、お部屋に彩りを添えるオブジェとして楽しんでいます。



地域の仲間と楽しむひととき「葉月会」一人暮らし高齢者の集い

千厩地区福祉活動推進協議会は10月20日、一人暮らし高齢者の集いを開催。

地域で暮らす高齢者の交流を目的に50人が参加し、陸前高田市の黒崎仙峡温泉での交流会が行われました。久しぶりに顔を合わせる仲間に笑顔が広がり、安心感やつながりを感じられるひとときとなりました。



資源回収に協力願います。古新聞 雑誌 ダンボール アルミ缶 など。回収場所は千厩市民センター東側へ向かって右側へにあります。※缶はつぶさないでお待ちください。

古紙類 7年4月～7年10月回収実績 3.7ト 金属類 205キロ

古紙類 6年4月～7年3月回収実績 9.2ト 金属類 321キロ

千厩短歌会

介護舎の窓にひろがる芒原黄にかがやかせ夕風わたる
わが立てし茄子の支柱に來し蜻蛉幾度か離れついにとまれり
他愛なき会話ははづみ三回も「じゃあまたね」言ひ友と別れぬ
夕暮の風に乗り舞う赤とんぼほんによの先に羽休めたり
人在りしことを語りて葦の花過疎の邑吹く風は侘しき
古里はいづこの山や角取れし丸き石あり波寄する浜
今年また墓所（はかど）に咲ける青き花釣鐘人參供華のごとくに
栗笑みて栗を好みし母のゐて共に拾ひしことはまほろし
頂ゆ小寒き風が吹き下ろし撫の枝（え）さわぎ秋深み行く

雅彦 ヤシ子 典史 大樹 道夫 知好男

萩の会

兼題「秋の暮」「紫式部」当季雑詠

有難やほかほかつやつや今年米
講談の張り扇（せん）の音秋日和
秋晴れて雨の匂いの残る傘
秋天や山々つなぐループ橋
そこだけに風の刻み実むらさき
風に揺れ雨に色増す実紫
西日背に草取る肩に赤とんぼ
むずかしき取なく暮れてよき秋日
朝霧や自転車をおす登校児
ヤッホーのこだま遠くに秋ゆれる
秋の暮道行く人のシルエツト
色づきて気づく土手の端実むらさき
赤い鳥青い鳥来よ実紫
さようならと下校の生徒秋の暮
豊作の秋茄子料理苦勞せり
菊咲いて先ず仏壇に捧げけり
ここだよと一粒ひかる銀杏の実
母食べて俺はいらないつるむらさき

久保雪 若柳 一古 林乃 妙女 川古 花乃 華子 子緒 この実 京香 青水 碧星 春星

井篤 光風 香里 一誠

仮装で楽しむハロウィン映画会

千厩市民センターは10月30日、出張映画会を千厩保育園で開催しました。この日はハロウィン前日。園児たちは魔女やかぼちゃ、動物など思い思いの仮装をして映画を楽しみました。大きなスクリーンに映し出される映像に歓声上がり、会場は笑顔と笑い声に包まれました。



千厩川柳同好会 題「試す」
Aに試されている現代人
からだに良い聞いて試すも三日まで
いつ着るの？試しに当ててまた仕舞う
マイカード何度も試すパスワード
試しにと進め上手に無駄を買ひ

福笑 洪柿 木偶坊 昭子

心身リフレッシュ！健康体操教室完結

千厩市民センター主催の健康体操教室「エアロピクス・ヨガ」は10月28日、最終回を迎えました。参加者からは「体が軽くなった」「音楽があると楽しい」「若返った気がする」といった声が聞かれ、心の変化も感じた様子でした。



～けいさつからのお知らせ～ （令和7年12月号）

- 1 年末年始における犯罪及び事故の防止
12月15日（月）から1月3日（土）まで【年末年始における特別警戒活動】を実施します。
事件・事故に遭わないためにも、確実な戸締まりと道路状況に応じた安全運転に努めましょう。



2 飲酒運転の根絶

飲酒運転は、重大事故につながる危険性が非常に高く、免許の取消し処分や罰金などの処罰を受けるほか、家族や周囲の人など、かわる人全ての人生を不幸にします。

一人ひとりが強い意志を持ち、家庭や職場でも「飲酒運転をしない、させない」環境をつくりましょう。



問い合わせ先 千厩警察署 51-0110