

十二箇

発行 土沢地域づくり会議

代表 小川 洋征

発行日 令和元年10月15日(第59号)

〒028-0115

花巻市東和町安俵6区53

TEL 42-3255 Fax42-4234

悩みも解消・・・ヨガ教室

7月から9月にかけて、ヨガ教室の昼の部と夜の部を実施し、延べ68人が参加しました。

講師は花巻市生涯学習講師の佐々木孝子先生で、昼の部では椅子に座ってできるヨガを中心に、夜の部ではマットを使って参加者の要望に応えながらヨガを教わりました。

壁を使った肩のストレッチや姿勢の整え方など、動きひとつひとつを細かく説明して頂き、家でも実践してみるなど、日ごろの運動不足や悩みが少し解消されたようでした。



クッブ体験会・・・気軽に楽しめるスロースポーツ



9月26日(木)にクッブ体験会の2回目が実施されました。スポーツ振興部会員の前川徹さんの指導のもと、12人が2チームに分かれて競技を体験しました。

投げるたびにコントロールが上手くなり、カスタピンナがクッブに命中して倒れるたびにハイタッチ、始終和やかに対戦しました。

クッブは、丸い木の棒(カスタピンナ)で四角い棒(クッブ)を倒していき、最後にキングを倒した方が勝ちという誰でも気軽に出来るゲームです。

クッブの道具は屋外用と室内用を土沢地域づくり会議で貸し出しています。

貸し出しは42-3255までお申込み下さい。

土沢地区 エコッキング教室

参加者募集

日 時：令和元年10月29日（火）
9：30～12：00（予定）
場 所：東和総合福祉センター調理室
講 師：岩手県地球温暖化防止活動推進員
若生 和江 氏
材料費：500円
持ち物：エプロン・三角巾
※申し込みは10月25日（金）までに
土沢地域づくり会議
（42-3255）までお電話ください。
※詳細は10月15日に配布のチラシを
ご覧ください。

「吹き矢練習会」

参加者募集

内 容：①令和元年11月19日（火）
②令和元年11月26日（火）
時 間：10：00～12：00（予定）
場 所：東和コミュニティセンター（予定）
参加費：無料
持ち物：お持ちの方はマウスピース

※詳細は11月1日に
配布のチラシをご覧ください。
※申し込みは不要です。



東和コミュニティセンターの利用予約について

- ①貸室開始日 令和元年11月18日（月）
②利用時間 8：30～22：00
③予約方法 土沢地域づくり会議に電話（42-3255）、又は「花巻みんなの情報サイト はなまきナビ！」でお申し込み下さい。
※はなまきナビの施設予約については事前に利用登録が必要です。
④貸室について ◎会議室（1） 面積 48平方メートル
◎会議室（2） 面積 32平方メートル
◎和室 面積 45平方メートル
◎多目的ホール 面積280平方メートル
※貸室の使用料は減免になる場合がありますのでお問合せ下さい。
（冷暖房料は減免対象外です）

土沢地区の人口と世帯数

令和元年8月末日現在

行政区	日本人住民					外国人住民				
	世帯数	男	女	計	出生	死亡	世帯数	男	女	計
土沢第1（新地・百ノ沢）	130	198	206	404	1	0	0	0	0	0
土沢第2（鐺町）	142	150	192	342	0	0	2	0	4	4
土沢第3（中町・下町）	161	187	207	394	0	0	0	0	1	1
土沢第4（駅前・上町）	165	181	214	395	0	0	10	10	1	11
土沢第5（前郷・八日市場）	139	183	202	385	0	0	0	1	0	1
土沢第9（六本木）	245	293	341	634	1	0	0	0	0	0
合計	982	1,192	1,362	2,554	2	0	12	11	6	17

※この表は花巻市住民登録人口集計表を参考に作成しています。