

「優しい・きれいな宮野目」そして「笑顔の宮野目」

# みやのめコミュニティ会議だより

2023.  
10.15号

№13

発行:宮野目コミュニティ会議 花巻市西宮野目 6-172 電話 (FAX) 26-2111

## 第12回ウォーキング教室 in 大船渡

今年度は、復興支援を兼ねたウォーキング教室を大船渡市で開催します。

ガイドさんの説明を聞きながら、大船渡市の歴史や文化、震災の記憶と防災への取り組みを学び、自然を楽しみながらみちのく潮風トレイル【初心者向けコース】(約4km)をウォーキングをしましょう！

- ◆ 日 時 令和5年10月31日(火) 8時45分集合 9:00 出発 17:00 到着予定  
【小雨決行 ※大荒れの場合中止とさせていただきます。】
- ◆ 行き先 みちのく潮風トレイル(大船渡市)
- ◆ 集合場所 宮野目振興センター 駐車場  
※お車でお越しの際は、体育館に駐車をお願いします。
- ◆ ガイド 椿の里・大船渡ガイドの会 さん
- ◆ 対象者 宮野目地区在住の方(体力や健康状態に不安のない方)
- ◆ 定 員 20名(先着順)
- ◆ 参加費 500円(保険料、写真代、バス代)  
◎残りのバス代は、コミュニティ会議で負担します。
- ◆ 持ち物 飲み物(水分補給)・汗拭きタオル・雨具・帽子・筆記用具など
- ◆ 服 装 動きやすい服装・履きなれた靴でお越してください。
- ◆ 申込み 10月25日(水)までに氏名・住所・電話番号・生年月日をご連絡下さい。  
(TEL/FAX 26-2111)

### 行程

宮野目振興センター発 ~ 産直ともちゃん(トイレ休憩) ~ 三陸大船渡碁石海岸インフォメーションセンター ~ みちのく潮風トレイル碁石海岸散策(ガイド合流) ~ 碁石海岸レストハウス(各自食事) ~ キャッセン大船渡(トイレ休憩) ~ 宮野目振興センター着

## みやのめ寺子屋塾

9月25日(月)、講師に高橋直子先生(生涯学習講師)をお迎えし、「健康体操教室(3B体操)」を開催しました。ボールやベル、ベルトを使い、誰でも簡単にできる体操を教えていただき、受講生は音楽に合わせて体を動かしリフレッシュしました。

### 次回のお知らせ

- ◆ 日 時 令和5年10月23日(月)  
午前9時30分~正午まで
- ◆ 場 所 宮野目振興センター 大広間
- ◆ 内 容 「成島和紙でランプシェード作り」
- ◆ 講 師 赤津 有美さん(地域おこし協力隊)  
※申込者のみの参加となります。

# 初心者向け「スマホ教室」

今年度2回目のスマホ教室を開催します。今回はスマートフォンを利用するにあたって、使いすぎの防止や個人情報の管理、詐欺被害の具体例や対象方法について学びます。この機会に分からないことはどんどん教えてもらいましょう！【スマホを持っていない方には、当日貸し出します。】

- ◆ 日 時 令和5年11月10日(金) 午前10時～11時まで
- ◆ 場 所 宮野目振興センター
- ◆ テーマ 「あんしん・安全にスマホを使おう」
- ◆ 講 師 ドコモショップ桜台店 湊 久湖 さん【携帯会社問わず参加可能！】
- ◆ 参加費 無料
- ◆ 持ち物 スマホ・筆記用具
- ◆ 申込み 宮野目コミュニティ会議までご連絡下さい。(TEL/FAX 26-2111)

「スマホを持ちたいけど、使いこなせるか自信がない」「スマホ持っているけど、使い方がイマイチ分からない」「なんとなく今さら聞けない・・・」なんて方も、ぜひお気軽にお越しください。

◎今年度最後の3回目は12月の予定です。1、2回目の教室で皆さんの分からないこと・知りたいことをピックアップして教えていただく予定です。

## 宮野目コミュニティ会議会長杯スポーツ大会

9月17日(日)、宮野目コミュニティ会議会長杯スポーツ大会が宮野目グラウンドで開催され、55名の選手がグラウンドゴルフとペタンクの2種目にわかれて競技しました。参加者は、和気あいあいと交流を深め健康促進を図りました。

### 成 績

#### ★グラウンドゴルフ

#### 団体

1位	西三区
2位	本館
3位	下似内A
4位	西二区
5位	西四区

#### ★ペタンク

1位	本館
2位	葛二区
3位	西三区A



## 郷土史研究講座（宮野目ふるさと会）

宮城県登米（とめ）市登米（とよま）町にあるみやぎの明治村に行き、明治時代以降に建てられた歴史的建造物や伝承芸能などについて学びました。

