

# さらき

第 195 号

平成 29 年 2 月 10 日

発行：更木町振興協議会

更木地区交流センター

電話/fax：66-2569

saraki-kc@chime.ocn.ne.jp

町内の動き

(対前月比)

人口：1,186 人 -8

男：557 人 -3

女：629 人 -5

世帯数：432 世帯 -1

## 医療講演会 <いきいき健康講座>

認知症の予防やその他の健康管理について、いざという時のために一般的な基礎知識を学んでみませんか。リウマチ関係の事も詳しく聴くことができます。

**「自分らしく生きていくために  
~ 知っておきたい医学の知識 ~」**

講師：千田クリニック

副院長 千田 恵美 氏



日時：3月12日(日) 午前10時~午前11時30分

場所：更木地区交流センター 和室

申込み：更木地区交流センターまで ☎ 66-2569

### 「さらきの里ふれあいセンター」



#### ご利用のお知らせ

さらきの里ふれあいセンターのご利用について、次のとおりになりますのでお知らせいたします。

- ・「農事組合法人さらき」事務所は  
2月13日(月)から営業します。
- ・ATMは2月19日(日)  
午前11時からご利用できます。
- ・売店、食堂は3月のオープン予定です。



### 北上東和線道路整備事業に係る

#### 説明会の開催について



岩手県では、北上東和線道路整備事業を推進しておりますが、県南振興局より更木側の平成大橋から花巻北上線の交差点付近までの道路整備事業について説明会を開催いたします。多数の出席をお願いいたします。

日時 平成29年2月28日(火) 午後2時  
場所 更木地区交流センター 和室  
内容 道路整備事業の進捗状況と今後の進め方  
対象者 更木地区の皆さんどなたでも  
問合せ 更木地区交流センター ☎66-2569

## 美味しかったクレープ!



去る2月5日(日)交流センターで親子料理教室を行いました。東和町オーガニックカフェ「わっこ」のシェフ小原美智代さんを講師に、親子9組19名が参加しました。最初に講師の手本をみせてもらい、それぞれ3つのテーブルに分かれ作り始めました。子供たちは楽しそうにかき混ぜたり、巻いたりして親子のコミュニケーションもとれていました。おやつ系とお食事系の2種類のクレープを作って試食をしました。2種類ぺろりとたいらげた子もいて、とても美味しかったようです。ほかに持ち帰りもあり、お母さんたちはお食事系のクレープに興味をもってお家でも作ってみたいと話していました。



## 健康教室開催中



2月2日(木)から交流センターを会場に、早渡京子さんを講師に迎えて4回コースで始まりました。第1回目は11名の参加で、最初は指や手をほぐすことから始め、頑張らない、無理をしない範囲で動いた後は身体がほぐれホッとリラックスすることができました。皆さんも固くなった体をほぐしにきませんか?いつでも参加できますのでお待ちしております。(2月9日・16日・23日午後1時30分より開催)



## 卓球教室開催中



2月3日(金)から交流センターで4回にわたって卓球教室を開催しています。第1回目は小学生8名幼児2名の参加でした。最初に講師の卓球同好会代表の八重樫さんからラケットの握り方を教えてもらい、ラケットの上でピンポン玉を止めておく練習や素振りなどの基本を教わりました。その後、クラス分けを行い、実技の練習に入りました。初めての子も楽しく参加できたようです。興味のある方は是非参加して下さい。(2月10日・17日・24日午後6時30分より開催)



## お願い



### 交流センター駐車場利用について

交流センターの駐車場のみ利用される方は、必ず声をかけてから東側(小学校花壇側)に駐車して頂くようお願いいたします。

北上市より感謝状をいただきました  
昨年の希望郷いわて国体・いわて大会開催に地区を上げての取組みに対して、北上市実行委員会より更木町振興協議会に感謝状をいただきました。  
皆様のご協力大変ありがとうございました。

