

なごむ 和

楽陶会 川島 つや子



サークル紹介...2 大泉中央会



はなみずき通り

大泉中央会 生命の貯蓄体操

こんにちは。私達は開設して9年。みんなの明るい笑顔に支えられ、楽しく元気に、生命の貯蓄体操を続けています。そしていつの間にか、身体が変わっていることに気付きます。特に腰痛や肩こり。

自分の身体の状態に合わせながら、「丹田呼吸」「リラックス」して、深層筋（インナーマッスル）を気持ち良く伸ばしていきます。

この体操は①組み操法（コリをほぐす）②要の操法（疲労回復と老化予防）③五導術（気血の流れ・機能の活性化）に分かれています。

「ツボ」も刺激され、自律神経が安定し、自然治癒力が高まります。体質改善され、膝を痛めて座れなかった人も、楽に座れるようになりました。

毎週土曜日、10時～12時。会員は12名（男子1名）です。4回無料体験もあります。興味のある方、身体の硬い方、男性の方もぜひ参加してみてください♪

※大泉町公民館では、月曜日・火曜日・水曜日にも同じような体操教室があります。

あなたの故郷（ふるさと）はどこですか？

日本全国ふるさと発見!! 北海道北見市①

◆大泉にはいつごろ

来られましたか

平成20年4月、北海道北見市より主人の仕事で引っ越してきました。

◆北見市の概要

平成18年3月5日に北見市、たんのちやう端野町、たのちやう常呂町、あへしやちやう留辺蘂町が合併して、現在の北見市が誕生しました。北見市は、オホーツク海に面し、北海道の東部に位置する、面積1,427平方キロメートル、人口12万人規模のオホーツク圏最大の都市です。地形は東西に長く、東西に延びる道路の距離は東京駅から箱根までの距離に相当する約110キロメートルあります。

北見市は、平成18年の合併のときに、旧市町単位で自治区を設け、それぞれ魅力にあふれた4つの地域が一つになったまちです。

●北見自治区：オホーツクエリア

の商業の中心で、戦前には世界の7割を生産したというハツカで栄えた町です。オホーツク中の物資がこのまちに集まるため、グルメのまちとしても知られています。

●端野自治区：都市近郊型農業が行われている田園都市で町の中心にスキーリゾートがあることで知られています。

●常呂自治区：北海道最大の湖サロマ湖とオホーツク海に面した地域で、ホタテ増養殖の発祥地として知られ、今も国内有数のホタテの産地です。また日本初の屋内専用カーリングホールが建てられたまちで、多くのオリンピック選手を産んでいます。

●留辺蘂自治区：林業・林産業を中心として発展した地域で、世界最大級のからくりハト時計があります。近くには網走管内最大級のおんねゆ温泉があります。

◆初めて大泉町に

来た時の印象は

ちようどパナソニック（当時三洋電機）付近の桜並木が満開でした。北海道（道東）の桜は、濃いピンクのエゾヤマザクラが多く開花と同時に緑の葉も伸びるので、花だけが先に咲くソメイヨシノの花びら舞う桜一色の光景に感動しました。

〈方言〉

・そだねー

↓そうだね

（この方言はカーリングで有名になりました）

・なんもなんも

↓とんでもないです。

↓気にしないでください

・おっちゃんこ

↓座って（幼児に対して）

（25区M・M）

北見市の概要

- 面積 1,427.41 k m²
- 人口 117,070人
(令和元年7月末)
- 市の木 カシワ
- 市の花 ハマナス

参考：北海道北見市ホームページ



私と本



南小5年
並木 由奈

私は、本を読むことが大好きです。読み終わっている本を何度もくり返して読んでしまうほど大好きです。

友情や恋愛の物語も好きですが、ミステリーやホラーの物語が特に好きです。また最近買った「天気の子」の本を、今読んでいます。字が少し小さくて、むずかしい漢字があったりするので分からないうちは、両親に聞いてみたりして読んでいます。

本について私は不思議に思う点が一つあります。どうして本を好きではない人がいるのでしょうか。本をたくさん読めば読むほど、国語の力があがると私は思っています。また、最後はどのような結末になるのかを想像すると本を読むことが楽しくなります。

家族や学校の先生などから、「たくさん本を読んでいてえらいね。」と言われて、とてもうれしい気持ちになりました。なので私は、これからもたくさん本を読み続けていきたいと思っています。

すよつとい話

先日あるコンサートで菅原洋一さんの歌声を聴いた。御年八十五歳。老いたと言えども杖もつかずに背筋ピン。その歌声に酔いしれ心打たれた。

♪ 今日でお別れね
もう逢えないさ

哀しい〜。なんて哀しい詩なんだろう。若い時には決して感じられなかったスローワルツの極意。今共感と共に鳥肌が立つ。

かの古賀政男先生は作詞が母、作曲は父とおっしゃっていたそうなの。そしてラストはこの曲。

♪ あなたの燃える手で
あたしを抱きしめて
ただ二人だけで
生きていきたいのさ

昔も今も歌い継がれる愛の名曲。思わず涙があふれてくる。久しぶりに最高のひととき！



大泉町公民館陶芸協議会

第16回 陶芸展 & 体験教室

■日時 10月19日(土)・20日(日)

19日 午前10時〜午後5時

20日 午前10時〜午後4時

■会場 大泉町公民館

ホール・ロビー及び陶芸室

■体験教室 19日・20日の両日とも、

午前・午後各7名まで希望者

は陶芸室で陶芸体験ができます。

(先着順)

■入場料・体験料 無料

■バザー 両日ともに、会員手作りの

作品を販売します。

◆コーヒーサービスがあります。

※南・北・西保育園の子どもたちの

作品も展示いたします。

※お問い合わせ等くわしくは、

小出 ☎(63) 5985まで。

令和元年度 趣味講座

はじめての 絵手紙教室

干支や縁起物などを画材にして世界に一枚だけの年賀状を描いてみましょう。

■日時 10月18日(金)
11月1日(金)の連続コース
いずれも 午前10時〜正午

■会場 大泉町公民館南別館 研修室2

■対象 町内在住・在勤の人で、2回とも参加できる人

■定員 20人(先着順)

■受講料 材料費として200円

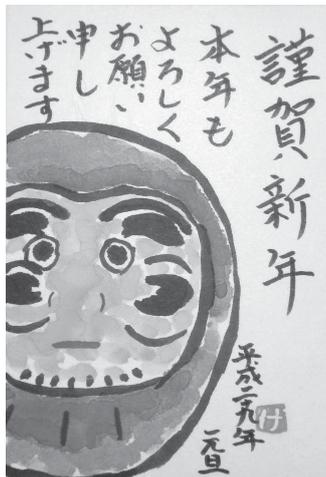
■講師 「あじさいの会」
の皆さん

■申込方法

10月11日(金)までに
町公民館窓口を受講料を
添えてお申込みください。

※申し込み・お問い合わせは
大泉町公民館

☎62-2330へ



ミニ展示&ミニコンサート

【期日】 10月19日(土)・20日(日)

【会場】 大泉町文化むら

★ミニ展示：大ホール棟展示コーナー

入場無料

◆作品展示 書研同好会・華泉書道会
大泉きりえサークル

●19日(土) 午前10時～午後5時

●20日(日) 午前10時～午後4時

★お菓子販売

●20日(日) 午前10時～
売り切れしだい終了

★ミニコンサート：大ホール

入場料500円(コーヒー付)

●20日(日) 午後0時30分 開場
午後1時 開演

出演サークル9サークル

◆ゲスト JazzoomCafe
(ウクレレ演奏)

「超絶ウクレレで
奏でる世界音楽」

曲目：24のカプリース、
枯葉、カノホナピリカイ
他



主催：大泉町公民館利用サークル連絡協議会
※チケット購入・お問い合わせ等くわしくは、
大泉町公民館 ☎62-2330へ

邑楽町中央公民館を核とした 社会教育の在り方

邑楽町中央公民館の藤田館長を
お招きし、ご講演をいただきます。

- 日 時 9月26日(木)
午後7時～午後8時30分
- 会 場 大泉町公民館 ホール
- 対 象 どなたでも参加できます。
- 定 員 60人(先着順)
- 参加費 無料
- 講 師 邑楽町中央公民館
館長(社会教育主事) 藤田 和良 氏
- 申込方法 9月20日(金)までに、町
公民館へ直接、電話、FAX
でお申込みください。

※申し込み・お問い合わせは
大泉町公民館 ☎62-2330へ

●第2回秋の山野草展

◆日 時 10月14日(月)・15日(火)

14日：午前9時30分～午後3時30分

15日：午前9時30分～午後3時00分

◆会 場 大泉町公民館 ホール・ロビー

◆入場料 無料

会員の育てた糸刺繍苗の販売もいたします。

◆主催 大泉山草会

(旧：東群馬水石山草会)

※サークル名を変更しました。

※お問い合わせ等くわしくは、

会長 森憲三 ☎(63) 6424まで。

へんしゅうつづき

異常だった夏をどうにかのりこえ、九月の声を聞くと残暑といえどもほっとする。暑くて筆をとる気にもなれなかったが、友からの便りに返事をしたためる。そうだが期限が迫っている同窓会通知の返信もあったのだ。中学卒業からずっと熱い思いで続けてくれた幹事に感謝の気持ちを伝えて、あわててポストへ走る。蟬時雨が耳につく昼下がり。

〈和〉

結婚して早40年、ケガや病気がなく過ごして来た。以来元氣印と思われていたが、先日転んで膝蓋骨骨折。人生何が起こるかかわからない。やはり健康第一!!

〈京〉

本誌では北海道の話題が続いているが、私も函館市に行ってきた。北の大地とは趣が異なり西洋の香りもするとても好きな街だ。目的はマラソン参加。海なし県に住む者とする、海岸沿いを走るのほそれだけで気分が上がる。今回はゴール直後に地元テレビのインタビューを受けるといふオマケ付き。放映されたかは知らないけれど。

〈田〉