

富谷中央公民館だより



光・緑・和

令和7年9月号
〒981-3311 富谷市富谷西沢13番地

編集・発行／富谷中央公民館
TEL 358-2036 FAX 358-5410

とみや学園 富谷中央校 笑って歌って「笑いヨガ」

7月22日(火)、音楽療法士の金田三佳氏をお招きし、【笑って歌って「笑いヨガ」】を開講しました。

笑いヨガはインド発祥の健康法。笑うことで心身共に元気になることが医学的に実証されています。

ほとんどの方が初体験でしたが「無理やり笑っていると本当におかしくなってくる」「何日分の笑いかかわらないくらい笑った」「なんだかよくわからないまま楽しい」といった感想が寄せられました。

「7億円が当たった！」
という設定で笑いました



笑いのあとは
「やったー！」の
ポーズで締めます

図書室からのお知らせ

◎新着図書のご案内◎

《一般書》

- ◆異常気象の未来予測 立花義裕/著
- ◆水族館飼育員のただならぬ裏側案内 なんかの菌/著
- ◆へびつかい座の見える夜 砂村かいり/著
- ◆クロエとオオエ 有川ひろ/著
- ◆俺の人生を変えた育児 月光もりあ/著

《児童書》

- ◆きょうりゅうのいしやさん たしろちさと/作
- ◆すごすぎる数の図鑑 渡邊究/著
- ◆AI ロボット世界のサバイバル2 ゴムドリ co/文
- ◆ナビエ・ストークス方程式と僕らの最終定理
コ・ジョンウク/作
- ◆おたすけこびととやんちゃなこいぬ
なががわちひろ/文

開室時間 火～金曜日 9時～17時

土日祝日 9時～15時

※月曜日が祝日の場合は開室し、その翌日が休室です。

9月 September 市・公民館行事予定

5日(金) 公民館学習講座

おなか喜び発酵クッキング①

6日(土) 公民館学習講座

ジュリの爆笑英会話②

12日(金) 公民館学習講座

おなか喜び発酵クッキング②

13日(土) 公民館学習講座

ジュリの爆笑英会話③

16日(火) とみや学園 歌舞伎のはなし

21日(日) 受水槽点検・衛生害虫駆除

※ 施設は午前中利用不可 ただし
図書室・学習室は開室となります。
(9時～13時まで断水のため
トイレ・給湯室等は使用できません)

28日(日) 館内清掃(ワックス) 休館

29日(月) 館内清掃(窓) ※サークルのみ使用可

回収ボックスを設置しています

公民館の事務室前に小型充電式電池(リチウムイオン・ニカド・ニッケル水素)ボタン電池・コイン電池等の回収ボックスを設置いたしました。

リサイクルマークが目印です



今月の小さな小さな美術館

ひきつづき

田代秀男さんの切り絵展です。

★ 先月と作品を入れ替えての展示となりますのでぜひ、ご覧ください。

裏面もご覧ください



富谷中学校 2 年「しんまちめぐり」

富ヶ岡公園・とみやど・熊野神社・荷宿・北雲台をウォークラリー形式でまわり、各所で学校



支援ボランティアのみなさんの説明を受け、江戸時代に奥州街道の宿場町として栄えた富谷の歴史について学ぶことができました。

伊達政宗の時代から
400 年以上続く熊野神社

富谷中学校西成田教室「ペタンク体験」



富谷市ペタンク協会のみなさまご指導のもと、フランス発祥の球技「ペタンク」を体験しました。

ルール説明のあと、ペタンクボールの投げ方を練

習し、チームに分かれて対戦を楽しみました。



ペタンクボールを「ピュット（的）」に向かって投げます



富谷中学校西成田教室「沖縄文化体験」

沖縄の伝統的なお菓子「サターアングギー」を作りました。その後、三線（さんしん）の楽譜の読み方について学んだり、三線を実際に弾く体



験も行いました。

「安里屋ユンタ」と

「ていんさぐぬ花」

沖縄民謡の三線演奏を鑑賞しました。

サターアングギー作り

富谷中学校 1 年「富谷の田植え踊り」



富谷田植え踊り保存会のみなさまご指導のもと、「田ならし」「種まき」を練習し、最後はクラスごとに発表しました。

生徒のみなさんからは「本当の田植えを踊りにしているとわかりました」「4 年生の時と同じように踊れてうれしかった」といった感想が寄せられました。



「種まき」練習の様子

公民館教養講座



一緒に踊ろう！ キッズ HIP-HOP

ダンスインストラクターの三浦牧子先生をお招きし、小学生を対象に「一緒に踊ろう！キッズ HIP-HOP」を開講しました。動きの基礎を練習し、初心者のお子さんでも 1 曲踊れるようになりました。



中高年のための J-POP ダンス



J-pop Dance Sendai の森愛美先生をお招きし、「中高年のための J-POP ダンス（2 回）」を開講しました。

受講生からは「なじみのある曲で楽しかった」「自分のレベルにはとてもよかった」「冷や汗少し、良い汗たくさん、とっても楽しく動けました」といった声が寄せられました。



山本リンダの
「どうにもとまらない」♪