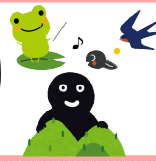
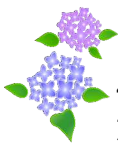


# 山上公民館だより



第282号  
令和8年  
6月1日  
山上字上ノ台1-1  
0244-32-5009

## ご協力・ご寄贈 ありがとうございます



4/9(木)の里山ハイキング教室の折、倒木3本が塩手山の登山道をふさいでいました。後日教室代表の荒一信さんご夫妻と木を切りに行ったところ、すでに撤去されていました。どなたかは存じませんが、大変な作業だったと思います。ご尽力に感謝します。



荒仁さん(塩手下)に素敵な手編みの花籠をいただき、公民館に飾っています。細部にまでこだわって作られた素晴らしい作品で、玄関ロビーが華やいています。



## 山上小の子どもたち “郷土愛” を育む取り組み



5/7(木)、山上小で民謡教室が開かれ、全校児童が渡邊孝喜さん(山上区長会長)から「相馬盆踊り」の手ほどきを受けました。

練習の成果は16日の運動会で地元の杉森八重子さんの生唄のもと披露されました。



コリヤショ!

ハーコリヤコリヤ!

なっ  
大き  
って  
盆踊  
りに

体育館で練習



現在、5・6年生たち5人は、秋の学習発表会に向けて、滝神社神楽・白龍会の指導のもと、地元山上の伝統芸能である「剣舞(つるぎまい)」に熱心に取り組んでいます。

5/19(火)には、滝神社の由来や神楽の意味を学ぶ移動教室が公民館で行われました。



### 公民館教養講座 館長のあるある話

## 『野馬追』の話

野馬追祭を間近に控えた5/18(月)、公民館で野馬追の講話がありました。参加者にとって今年の野馬追は、例年とはひと味違ったものに見えたのではないのでしょうか。



野馬追を見に来た藩外の観光客を相手に 悪どい商売をする店を見かねた殿様(12代充胤)は「相馬の恥になる」と言って『ぼったくり禁止令』を出したそうですよ。



## 令和8年度 山上公民館 『各教室の開講式』

令和8年度の公民館教室が開講しました。これから1年間よろしくお願いいたします。年度の途中からでも教室への参加は可能ですので、山上公民館にお問い合わせください。



俳句教室



民謡教室



ニュースポーツ教室



eスポーツコミュニティ



スコップ三味線



山上元気モール



手芸教室



民武会

混成合唱団

# 5/20 (水) 鹿狼山登山

申し込み受付中  
第3回  
里山ハイキング教室は...

6/18(木)  
9:30~

本年度2回目の里山ハイキング教室は鹿狼山に登ってきました。頂上からは、まだ雪が残る宮城蔵王の眺望が清々しかったです。いつ登ってもリラックスできるお手頃な山ですね。



駒鹿 (こまじか)

駒狼 (こまおおかみ)

帰りはらくらく、無事下山！  
駒狼と駒鹿が出迎えてくれました。

## ~ちょこっと運動・ちょびっと勉強~ 中村城散策と歴史資料収蔵館見学

館長の案内で『中村城の散策』と『歴史資料収蔵館の見学』はいかがでしょうか？  
中村城跡や収蔵館の展示品など、身近な相馬のお宝を見て歩きませんか？

- ▶ 集合時間/場所 9時30分/千客万来館前の尊徳像
- ▶ コース [中村城/1時間]~[収蔵館/30分]
- ▶ その他 ①小雨決行 ②参加費無料 ③定員20人
- ▶ 雨天時は散策時間を短縮し、収蔵館見学を長くします
- ▶ 申込み 山上公民館 ☎32-5009

### 健康企画講座 楽しく健康増進！

## スポーツウエルネス 吹矢講座

- 年齢問わず誰でも楽しみながら健康になれるスポーツ。
- 腹式呼吸法で、精神集中や血行促進！
- 爽やかな音とともにストレス解消！



「フキヤット」  
©日本スポーツウエルネス吹矢協会  
協会公式マスコット

- ⇒ 日 時：6月19日(金) 9時30分~
- ⇒ 講 師：板倉 素子さん
- ⇒ 参加費：無料
- ⇒ 定 員：10名
- ⇒ 持ち物：上履き・各自水分補給



山上公民館 ☎32-5009

※送迎が必要な方は申し込みの時に伝えてください

### 花いっぱい運動ボランティア募集

6月22日(月)の午前中、山上公民館の花壇にマリーゴールドを120株植えます。お花に興味ある方、一緒に手伝っていただけの方を募集します。公民館にご連絡ください。



### クーリングシェルター 涼みにきてね 熱中症予防 山上公民館で 「ひと涼み」しませんか？

期間：4月24日~10月24日

暑さは災害です がまんせず  
あついときは ひとやすみ  
熱中症に きをつけよう



日	月	火	水	木	金	土
6月 行事予定	1 ふるさと教室9:00 手芸9:30 民謡19:00	2 紅会13:30	3 混声合唱13:30	4 元気モール10:00	5 混声合唱13:30	6
7	8	9	10	11	12	13
	民謡19:00	民生委員会13:30 民武の会13:30	混声合唱13:30		ニュースポーツ10:00 混声合唱13:30	
14	15 手芸9:30	16 紅会13:30	17 混声合唱13:30	18 中村城ハイキング9:30 元気モール10:00	19 吹き矢9:30 混声合唱13:30	20 eスポコミニティ9:30
21	22	23	24	25	26	27
俳句9:00	花壇植栽8:30		混声合唱13:30	スコップ三味線10:00 区長会13:30	ニュースポーツ10:00 混声合唱13:30	
28	29	30	6月6日は二十四節気の9番目、芒種(ぼうしゅ)です。稲や麦などの「芒」(のぎ/穂先がチクチクの毛)がある穀物の種蒔き時期です。6月21日の夏至(げし)は1年でいちばん昼が長い日で、この頃から気温が上がり“夏に至る”時期です。			

