

8月5日 黒部踊り街流し

第二回黒部踊り街流しに参加しました！今年もそろいの法被と手拭い、そして新調した横断幕で元気いっぱいの音沢をアピール！昨年は雨で涼しかったのですが、今年は晴天*熱中症にならないよう気を付けながら踊りや祭りを楽しみました(*^▽^*)



7月24日 放課後こども教室

宇奈月・内山・音沢3公民館共催で事業を行いました。クレープとワッフルを作りました！野菜の入った食事タイプとクリームたっぷりのデザートタイプ2種類を作りました。焼きたてはとても美味しかったです。調理の後は、体育館で走り方教室を開催。講師から早く走るためのコツなどを学びました！！



4月5日・5月26日 ノルディックウォーク教室

館内でしっかりとウォーミングアップを行いました。かなり入念なアップなのでキツイですが参加者は頑張っていました。ポールを使っての歩き方を復習して外へ出ました。4月は親水公園の桜が見ごろで、外を歩くのがとっても楽しかったです！キレイな景色を見て風を感じながら外を歩くのは体も心も元気になります！5月は雨が降っていましたが外に出る頃には止み外を歩くことが出来ました。館内での運動もいいですが外を歩くのはいい気分転換になります！！



8月7日 ハーバリウム教室

ハーバリウムとは小さな瓶にドライフラワーを詰め専用のオイルを注いだものです。参加者は自分の好みのドライフラワーを選びバランスや色合いを見ながらピンセットを使い瓶に入れていきます。細かい作業ですが参加者はコツコツと瓶に花を詰めていました。瓶にオイルを入れるとドライフラワーの色が鮮やかに出て素敵な作品になりました🌸



5月15日 メークアップ教室

夏の紫外線対策とメイクについて学びました。お肌を擦らない！スキンケアはケチらずに使う！知っているけどなかなか実践できていないことですが、講師から正しいスキンケア方法を聞くと『やってみよう！』となります。少し意識を変えるだけでお肌はピカピカになります。教室で学んだ事を実践して美肌を手に入れます！！メイクアップではメイクのコツや困りごとを講師より教えて頂きました。楽しかったです♡



運動会・魚つかみ大会・ふれあい祭り

3年ぶりに音沢地区の8月15日が復活しました！朝から晩まで大忙しですが、とっても楽しい日です(*^^)v『運動会』にはたくさんの参加がありリレーや玉入れなど大変盛り上がりました。『魚つかみ大会』も参加者が池に入り頑張って魚を追いかけていました。『ふれあい祭り』では地区の方が屋台で焼きそばや、トウモロコシ、焼き鳥にビールなどを販売。カラオケや抽選会などもあり大変賑わっていました。とっても楽しい1日となりました。



6月29日 太極拳教室

教室では基礎の動きや呼吸法を学びました。太極拳の動きはゆっくりなのですが汗がにじみ出てきました。手足の先まで神経を行き届かせて体を動かします。講師が簡単そうに行っている動きもやってみたら滑らかに動かせませんでした。とても奥深いのだと感じました！！



5月25日 公民館花壇づくり

花苗をプランターに移植しました。毎年夏ごろには色鮮やかに公民館前を彩ってくれます。まだ小さい花苗ですが大きく育つのが楽しみです🌸7月になった今は花がたくさん咲いています。皆さんも公民館に来たときはお花を楽しんでくださいね🌟



—公民館からのお知らせ—

公民館では今年度も手芸や工芸等の事業を予定しています。回覧板でお知らせしますので興味のある事業や、やってみたい！と思う事業が有りましたら是非参加をお待ちしています。よろしくお祈りします。

音沢公民館だより

地区の活動報告

令和5年



お盆も過ぎ、秋の気配も感じられますがまだまだ暑い日が続きます。みなさん体調に気をつけてお過ごしください！

