

# 榑山コミセンだより



管理運営委員会  
会長

木山二郎

近年、自然災害による被害が多発するようになりました。特に台風による大規模災害です。土砂崩れや洪水による河川の氾濫は大きな被害をもたらし、全国いたるところで起きています。住民の災害への備えや避難意識は、かつてないほど高まっています。

## 災害時には早めの避難

そうした中、避難勧告や避難指示といった情報も数多く、どう対応すべきか戸惑うこともあります。一体どこへ逃げればいいのでしょうか。公園や広場、学校のグラウンドなどの一次避難場所、学校の体育館やコミセン等の二次避難所があります。津波の場合は、より高い所に逃れるに越したことはありません。

早めの避難が一番です。そのためには「自分の身は自分で守る」気持ちを常日頃から心に刻みたいものです。生きてさえいれば次があります。

榑山地区コミュニティセンター

〒010-0022 秋田市榑山南中町1-9

☎・FAX 018-834-9844

令和2年3月発行

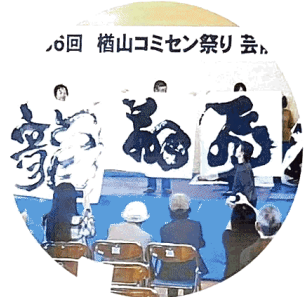
4  
vol.



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表会



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表

第36回 令和元年10月19、20日

コミセン祭り



第36回 榎山コミセン



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表会



第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表会

# この1年



サロンならこみ



「サロン・ならこみ」がスタート。お年寄りの孤立を防ごうと8月④、11月⑤に開催。会場には笑い声と笑顔があふれた。



参議院選挙の投票所開設作業が体育館で行われた(4月)



地域学習で築山小学校2年生が「コミセン」探検(6月)



陶芸サークル榎が小学生を対象に第2回陶芸教室を開催(8月)



駐車場のライン引きを実施。花壇跡も止めやすく(10月)



総合防災訓練を実施。煙の中の避難など初体験(11月)



## 落のとう バウンドテニス

私達の会員は5名です。仲間の皆さんは高齢者ですので、生涯スポーツとして楽しんでいます。もうすぐ満89歳の男性も活躍中です。毎週火曜日の午後1時半から4時まで、ボールを追い動くことで足腰が鍛えられるということは大変よいことです。途中の休憩時には健康や料理、年金などで話が盛り上がっています。(山本健一)

## 生き生き

## サークル紹介



## 実用書道 書道

かしこまらず書道を身近に感じながら楽しく毛筆を学んでみませんか。幼児から成人まで、どなたでも参加できます。親子で書道を楽しんでいる方もおります。季節に合わせて言葉を選び、漢字、かな、硬筆すべてに挑戦することができます。資格取得も可能です。`日常のストレスが和らぐ墨の香りで心が軽やかに、(小浜蘭石)

## 第36回 榎山コミセン祭り 芸能発表会



## あや竹会 舞踊

発足して55年。民舞を中心として粋な師匠を筆頭に踊りが大好きな30代~90代の会員で構成されています。毎週土曜日13時~17時、時にはモグモグタイムで談笑し体力作りも兼ねながら、和気あいあいと楽しく身体を動かしています。年幾度が発表の場もあり適度な緊張感もお稽古の励みになっています。会員絶賛募集中!! (倉田光子)

## 生き生き

## サークル紹介



## サンフラワー 卓球

活動年数19年の硬式卓球クラブです。部員は20名で中高年の男女で練習しています。健康を維持するための体づくりをモットーにしています。卓球を通じて学ぶことも多く、楽しみながらも基礎練習・試合などを通じて技術の向上を目指し日々頑張っています。毎週月曜日の午前、良い汗をかいています。(木村勝久)

# 榊山コミセンサークル案内

(令和2年3月1日現在)

	サークル名	内 容	例 会 日		サークル名	内 容	例 会 日
1	入 木 会	書 道	第1,2,3,4 ㊦13:30~16:30	37	秋田アローズ	革 バ レ ー	第2,4,5㊦19:00~21:00
2	ザ・ウィッチ	英語勉強会	㊦10:00~12:00	38	秋田クラブII	革 バ レ ー	㊦19:00~21:00
3	いけばな勝楓会	生 花	第2,4 ㊦13:00~16:30	39	あきたエースクラブ	革 バ レ ー	㊦19:00~21:00
4	陶芸サークル 燐	作 陶	㊦10:00~16:00	40	マ ム	革 バ レ ー	第2,4㊦19:00~21:00
5	オ ル ル	手 織 り	第2,4 ㊦13:00~16:00	41	レッツバレーボール	革 バ レ ー	㊦17:00~21:00
6	コ ン パ ス	手 芸	第2,4 ㊦10:30~14:30	42	あ い り す	バドミントン	㊦13:00~17:00
7	サン榊山絵画教室	絵 画	第1,2,3 ㊦10:00~12:00	43	築山バドミントン愛好会	バドミントン	㊦19:00~21:00
8	囲碁サークル	囲 碁	㊦13:00~17:00	44	チームA・H・B	バドミントン	㊦19:00~21:00
9	中通あすか会	学 習 会	第2㊦10:00~14:30	45	フ レ ン ズ	バドミントン	㊦18:50~21:00
10	宝 生 会	謡 曲・仕舞	㊦9:00~16:00	46	N B C	バドミントン	㊦18:00~21:00
11	榊山民謡愛好会	民 謡	㊦13:00~16:00	47	蒔のとうB・T・C	バウンドテニス	㊦13:30~16:00
12	千秋民謡研究会	民 謡	第2,4 ㊦13:00~16:00	48	榊山ミニテニス	ミニテニス	㊦13:00~17:00
13	榊山合唱クラブ	合 唱	第2,4 ㊦9:30~12:00	49	カ ト レ ア	ミニテニス	㊦13:00~17:00
14	あ や 竹 会	舞 踊	㊦13:00~17:00	50	牛島メイツ	ミニテニス	第2,4 ㊦13:00~17:00
15	たんぼぼの会	舞 踊	第1,3 ㊦13:30~17:00	51	南部ミニテニス	ミニテニス	第2,4 ㊦9:00~12:00
16	コスモス会	新 舞 踊	㊦9:00~13:00	52	ウ ィ ン グ	ミニテニス	㊦18:00~21:00
17	榊山SSD	社交ダンス	㊦18:30~20:30	53	すみれソフトテニスクラブ	ソフトテニス	㊦・㊦10:00~16:00
18	メ ロ ン	社交ダンス	㊦19:00~21:00	54	すずらん卓球	卓 球	第1,3 ㊦13:00~16:00
19	フ ラ ウ ーズ	ラウンドダンス	㊦13:00~16:00	55	千秋クラブ	卓 球	㊦13:00~15:30
20	チームわげもん	ヤートせ、よさこい踊り	㊦18:30~21:00	56	サンフラワー	卓 球	㊦10:00~12:00
21	秋田まるまる愛好会	ダ ン ス	第1,3㊦第2,4,5㊦19:00~21:00	57	中通クラブ	卓 球	㊦10:00~12:30
22	新屋なるこKIDS	よ さ こ い	第1,3㊦第2,4㊦19:00~21:00	58	フリータイムサーブ	卓 球	㊦13:00~17:00
23	ロ ダ ンの 会	コントラクトブリッジ	第2,4 ㊦10:00~17:00	59	体操 愛×2(あいあい)	体 操	㊦10:00~11:30
24	す み れ 会	茶 道	第1,2,3 ㊦13:30~16:30	60	転ばぬ先の杖	ロコモ予防体操	第1,2,3,4 ㊦10:00~12:30
25	ヤクソフォークダンスサークル	フォークダンス	第2,4 ㊦12:30~15:30	61	レ ク I	レクリエーションダンス	第2,4 ㊦13:00~16:00
26	実 用 書 道	書 道	第1,3 ㊦第4㊦13:00~17:00	62	フ レ デ ィ	チャイナストレッチ	第1,2,3,5 ㊦10:00~11:30
27	スタンドグラス同好会	スタンドグラス創作	㊦13:00~16:00	63	ストレッチサークル	ス ト レ ッ チ	㊦10:00~12:00
28	なんてん同好会	ビニールバレー	㊦10:00~12:00	64	シニアストレッチサークル	ス ト レ ッ チ	㊦10:00~12:00
29	同好会ブーメラン	ビニールバレー	㊦10:00~12:00	65	K3グループ	軽スポーツ・ストレッチ	㊦13:00~15:30
30	E ク ラ ブ	ビニールバレー	㊦10:00~12:00	66	鈴 蘭	太 極 拳	㊦10:00~12:00
31	築山ハイキュークラブ	ビニールバレー	㊦19:00~21:00	67	拳 の 会	太 極 拳	㊦10:00~14:00
32	ラ・ルーチェ	ビニールバレー	㊦9:30~11:30	68	ヨガサークル	ヨ ガ	㊦9:00~12:00
33	シュガーズ	ソフトバレー	㊦10:00~12:30	69	城東オザーズ	トレーニング	㊦13:00~17:00
34	バドワイザー	ソフトバレー	㊦10:00~12:00	70	クリスタル	気 功	第2,4 ㊦10:00~12:00
35	中通ウイングス	ソフトバレー	㊦18:30~21:00	71	榊山カラテサークル	空 手	㊦18:30~20:30
36	グ レ ー プ	ソフトバレー	第2,4,5 ㊦9:30~12:30				

【施設利用について】 利用希望日の1か月前から受け付けます。利用時間は原則4時間以内です。ただし目的・内容によっては利用をお断りする場合があります。休館日はお盆、年末年始です。その他詳しくは受付に問い合わせてください。

## 編集後記

◆令和の時代となりましたが、コミセンの利用者は年間延べ4万5千人に達しています◆地域活動の拠点として、皆様により一層親しまれるよう、スタッフ一同頑張ります。この会報への感想、ご意見もお寄せください。