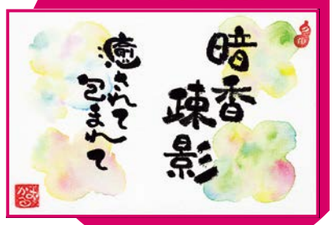
ほほ笑みの街 亀ケ崎

第24号
令和8年2月28日発行



ほほ笑みの街亀ケ崎 ●第24号● 令和8年2月28日発行 発行●亀ケ崎コミュニティ振興会 〒998-0842 酒田市亀ケ崎三丁目13番25号 発行責任者●芳賀 隆

亀小5年生と「ほっとけあ」参加者との交流

明るい亀ケ崎地域を目指して

ふれあいの会
会長 **藤丸 美生**

私達「ふれあいの会」は、旧女性部連絡協議会を母体とし、時代に沿った明るく住みよいまちづくりを目指して、令和7年4月より、コミュニティ振興会の一組織として活動しています。

事業内容は地域・個人を対象に多岐にわたりますが、文化祭のふれあい募金活動では、猛暑の中タオル募金を地域の皆様に呼びかけたところ、速やかに多くの皆様よりご協力いただき、目的を達成することができました。地域の皆様の温かいご支援に触れることができ大変嬉しく思いました。集まった募金は酒田市社会福祉協議会にお届けしました。

亀ケ崎小学校児童のクラブ活動支援では孫のような可愛い子ども達から学区内で挨拶や声をかけられ、元気をもらっています。また、亀社協で実施している地域の見守り活動の「ふれあい給食」ボランティアの調理や、コミセン内の花壇の植え替え作業のお手伝いのほか、フラワーアレンジメント講習会など会員相互の研修も行っています。

このような活動を通して亀ケ崎地域が明るく住みよいまちになることを願い活動してまいります。

初心者ヨガ事情

イスヨガ教室 代表
加賀 絹子

圧迫骨折をしてから背中が丸くなって、年寄っぽいな、嫌だなと思っていました。先生が「背中だいぶきれいになりましたよ」とか「無理せずやっていきましょうね」と言ってくださるのがうれしくて続けています。

私は昨年4月から始めましたが、参加されている皆さんは初めての方や長く続けている方もいらっしゃいます。皆さんご自分なりの目当てをもって通っているように見えます。癒し系のBGMに合わせて指圧したりリンパの流れを良くしたり、ストレッチ体操のような動きもします。私はまだ皆さんと同じことができませんが（なにしろ背中の痛みが怖くて仰向けになれないので）、自分なりでいいのがすごくありがたいです。

亀ケ崎 カルチャー教室紹介 シリーズ2「イスヨガ教室」

部屋の中を少し暗くして瞑想する時間もあります。「雑念を次から次と流して」と言われるのですが、夕食に何を食べようかと考えたりして…雑念から解き放たれるのは難しい。

ヨガの合間の先生や皆さんの健康トークもためになります。

初めは続けられるか心配でしたが、やってみて思います。「ヨガって呼吸法なんだ」と。深い呼吸や自然な呼吸を意識することは、日常生活や心の向上につながるのかなと思います。

うまくできないこと、皆さんに追い付いていないことも多いですが、帰りには老廃物が体から抜けたような気持ちよさを味わっています。

Coffee break コーヒーブレイク♪ 亀ケ崎地区大活躍

酒田市スポーツフェスティバルが7月6日(日)に行われました。

地区対抗のカローリング大会に亀ケ崎地区代表として出場したみずほ1丁目チームは第一位。モルックに出場した千石町チームが第二位と、大活躍しました。

おめでとうございます。

千石町チーム

みずほ1丁目チーム

伝承「ちりめん細工」4

1月7日は五節句の始まりの「人日の節句」です。一年の健康を祈る日といわれています。干支の馬を題材にした「串午」のちりめん細工を飾り、前年の邪気を払い、新しい年の無病息災を願います。

編集後記

◇この春、弁当が一つ増える。娘の分だ。夫の弁当は茶色一色でも問題ないが娘の弁当は彩り必須だ。夫の弁当が彩り豊かになるか、娘の弁当が茶色一色となるか？全て私のやる気にかかっている（笑）【齋藤】

◇最近、難解な文字をグーグル検索で調べている。これまでは漢和辞典で一つ一つ調べていたが機能検索の方が時間は数段早い。最近、速さ便利さを頼り、頭脳を使わない自分でいいのかと思い悩んでいる。【藤丸】

編集委員（五十音順）
上田 早苗
大渕 光一
栗田 幸春
齋藤 祐里
田村 章
藤丸 美生

亀ケ崎コミュニティ振興会
TEL:0234-43-6170
FAX:0234-43-6352
E-mail:kamekomi@sea.plala.or.jp
https://kamekomi.com

表紙題字：金野 一枝　表紙右上己書作品：田澤 薫（暗香はどこからか漂う良い香り。疎影はまばらに広がる木々の影。）

ほほ笑み祭りin亀ケ崎2025

令和7年10月18日～19日

今年の亀ケ崎コミセン文化祭は、三中生ボランティア、産技短・山大生スタッフの応援もあり、2日間合計で625人の来場者と大盛況でした。また、近隣の医院様、店舗様等のご厚意で駐車場を使わせていただきスムーズに運営できました。皆様のご協力に感謝いたします。

亀ケ崎小ダンスクラブ

Mr.マソック

音の葉

3Dプリンター

科学教室

リズム体操体験会

沈丁花

ブラックライトルーム

光る缶バッジ

大黒舞

獅子舞

オープニングイベント

みんなのステージタイム

ジャグリングショー

コーラス・アンダンテ

社交ダンス

酒田三中吹奏楽部

介護予防相談

親子ひろば

バルーン　ガチャポン
缶バッジ　プラバン

亀ケ崎保育園

ほほ笑み募金32,231円を市社協へ

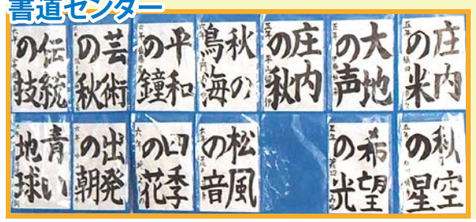
ホア・アロハ

ホヌ・ポーマイカイ

健康相談

亀ケ崎小書道クラブ

書道センター



ちぎり絵の会

個人作品

絵手紙教室

亀ケ崎小イラストクラブ

亀ケ崎小手芸クラブ

ちりめん細工

亀ケ崎小工作クラブ

鵜渡川原人形

己書

かなの会