



Instagram

☆ 地区センターから

小正月行事体験

老人クラブ、教育振興会、食改善、青年部の方に
ご協力をいただきながら開催します。

日時: 1月15日(水) 午前10時～

会場: 玉里地区センター

講師: えさし郷土文化館 野坂 晃平 さん

内容: みずき団子作り・餅つき ほか(昼食はお餅)

※参加希望の方(子どもから大人までどなたでも!)は

地区センターまでご連絡ください♪ **申込メ切 1/7(火)**



☆ 社会体育部から

運動不足解消!

眠っている力を
今こそ呼び覚ませ!

綱引き大会

日時: 1月19日(日) 午前9時30分開会

場所: トレーニングセンター

短い球は

チキータで返すぜ!

卓球大会

日時: 2月2日(日) 午前9時開会

場所: トレーニングセンター

☆ 青年部から

一緒に除雪ボランティアをやりよう!

青年部では、今年度も除雪隊の活動を2回予定しています。除雪隊の活動は今年で14年目。楽しく和気あいあいと活動していますので、興味のある方は一緒に活動し、爽やかな汗を流しましょう!

どなたでも
(女性の方も!)
大歓迎です!



【活動日時】①1月12日(日) ②2月9日(日) 午前9時～

【場所】玉里地区センター集合

【持ち物】持ち物マイ雪かき用具、やる気など

この事業は奥州市歳末たすけあい運動
の助成を受けて実施しています!

☆ 食改善から

男の料理教室を開催しました!

12月18日、男の料理教室を開催しました。

市の歯科衛生士さんの講話を聞き、よく噛むことや唾液を出すことの大切さを勉強したあと、クリスマスにぴったりのメニューに挑戦!

参加者の皆さんが1時間ほどで腕によりをかけた4品を作り上げました。手際の良さにびっくりでした。さすがですね!

また、少し味が足りないと感じた方は、普段の食事で塩分が多いかもしれません。少しずつ減塩に心がけていきましょう。



老人クラブ、区長会等から14名の方に参加していただきとてもにぎやかでした! ありがとうございます!

お品書き
・鮭と青梗菜の
クリーム煮
・焼き野菜の
さっぱりサラダ
・とうもろこしご飯
・パンケーキ



コーンのお
かけで噛む
回数が多い
なります!

クリーム煮は牛乳
のコク、サラダはレ
モンの酸味で減塩
効果があります!

☆ たまさと児童クラブから

もぐもぐランチデー!



12月20日は江刺ひがし小学校の終業式。冬休み前のお楽しみとして、地区センターでカレーランチをしました。大きな鍋のカレーを完食した後は、みんなでお皿洗いや片付けをしました。ありがとうございました!

楽しい冬休みを過ごしてくださいね!

ピカピカ きれいになりました！

いつもトレーニングセンターを利用している「江南ダンスミニバスケットボールスポーツ少年団」の皆さんが、トレーニングセンターの掃除をしてくれました。普段のお掃除では手の行き届かないところまで念入りに掃除していただき、とてもきれいになりました。ありがとうございました！

江南ダンスさんの更なる飛躍を応援しています！



ありがとう
ございました

江刺ひがしこども園 開園！

12月19日、江刺ひがしこども園の開園式が行われました。

11月11日に旧玉里保育所園舎から引っ越しをして、新園舎での生活をスタートしている園児たちはすっかり慣れた様子でした。

式の中でも紹介された「園歌」の作詞・作曲を担当されたのは、八幡初恵さん（樋茂井出身）です。明るく元気な子どもたちにぴったりの園歌ですので、歌詞をご紹介します。



玉里保育所園舎
長い間ありがとう！！

こども園園舎
よろしくね！！

江刺ひがし
こども園 園歌
作詞・作曲
八幡 初恵

ひがしのやまから
おひさまが
おはようと
かおだした
のびのびあそぶ
こどもたち
ちからいっぱい
ジャンプ（ピョン）
うれしいもち
いっしょだね
ゆめがふくらむ
おかのうえ
えさしひがし
こどもえん

きんいろいなほが
かぜにゆれ
らららと
うたつて
きらきらひとみの
こどもたち
えがおいっぱい
ニコリ（ニコッ）
かなしいきもち
はんぶんこ
やさしいニコろが
あふれてる
えさしひがし
こどもえん

～ 令和7年1月の行事予定（12/25 現在）～

（予定が変更になる場合もあります）

12/29～1/3 年末年始閉館

地区センター&トレセンの貸し出しはお休みとなります。

ご不便をおかけしますが、何卒ご了承願います。

- 1/4（土） 顕彰式典&地区民年賀の会
- 1/7（火） おしゃべりカフェ（10：00～12：00）
- 1/9（木） 思い出カフェあっぷる（10：00～）
- 1/13（月） 【成人の日】 奥州市消防出初式
- 1/15（水） 小正月行事体験
- 1/17（金） 区長会定例会
- 1/19（日） 地区綱引き大会



飲酒運転撲滅コンクール展開中（～1/17 まで）

玉里地区センターでは、月2回の「たまさとだより」発行のほかに、ホームページ、ブログ、Instagram で玉里の日常を発信しています。

気まぐれ更新（年末年始は特に）ですが、お時間があるときに「玉里地区センター」で検索してみてくださいねー！

玉里地区センター



玉里地区の人口・世帯数

（R6年11月30日現在）

		前月比
人口：	1,309人	-1人
（男性	644人）	（-1人）
（女性	665人）	（±0人）
世帯数：	560世帯	-1世帯

資源回収：1/6（第1月曜）
不燃ゴミ：1/15（第3水曜）
可燃ゴミ：1/3、7、10、14、17、21、24、28、31（火、金）

今年は元日の能登半島地震に心を痛め、新紙幣に慣れるまでちょっと戸惑い、パリ五輪の日本選手団の活躍に感動し、台風5号の進路に右往左往し、おうしゅうたろうくんを愛で、令和の米騒動に困惑し、大谷翔平選手の2年連続3回目のMVP発表の瞬間（真美子さんとデコピンとの3ショット）にほっこりした1年でした。

新しい年が明るく安心して暮らせる年になりますように。よいお年をお迎えください！