

# なつた振興会だより

発行：南都田地区振興会  
令和6年度-NO.7 通巻第199号  
令和6年10月24日発行



情熱と誇りをもち、心ふれあう古墳の郷 なつた

ホームページ: <http://park10.wakwak.com/~natsuta/>  
Instagram: <https://www.instagram.com/natsuta462213/>  
メールアドレス: natsuta.center@gmail.com



#南都田情報  
#奥州市南都田  
投稿待ってま〜す!



ホームページ  
QRコード▶



## 生涯学習活動 の報告

## ふれあい講座

## 籐工芸教室



10月9日・16日の2週にわたり、籐工芸教室を開催しました。講師は南都田在住の菅原まき子さん（振興会理事としても大変お世話になっております）。今回は「パンかご」を作成。底になる部分から編み目をそろえながら編み始めましたが、力加減やバランスが難しいなどみなさん苦戦…。しかし、先生の優しく丁寧なご指導のおかげで無事に完成。同じものを作っても、編み方の強弱などで少しずつ違う形に仕上がるのも自然素材を活かした籐工芸の良いところ。参加者12名それぞれの個性と味のある作品が完成しました。

作品は11月2日～10日開催のなつた文化祭に展示します。



## 健康講座

## なつた健康広場

スポーツの秋!  
enjoy sports!!

10月8日のなつた健康広場では、『おうしゅうスポーツデイズ2024』期間中ということもあり、通常のスポーツ種目の他に、ラジオ体操の実施、明治安田生命さんによる血管年齢測定も行いました。測定では、ほとんどの方が実年齢と同じという結果でしたが、中には10歳も若い血管年齢だった方もいたようでした。血流や代謝を良くするために、日頃から体を動かしていきましょう！ウォーキングなどの有酸素運動も効果的です◎



## 2024 奥州市継走大会 南都田振興会チーム 大健闘!!

10月6日、2024奥州市継走大会が開催されました。振興会対抗の部に、南都田振興会からは2チームが出場し、Aチームが第3位、Bチームが第5位の成績を収めました。オープン部を含め9チームが出場した中での大健闘です。選手の皆さまお疲れさまでした。また、沿道から拍手や声援を送って下さった地域の皆さま、ありがとうございました。

