



★親子バーベキュー交流会

★ポルドブラ&骨盤体操講座

★コラム

★お知らせ

(大人クラフト、LINE登録のおしらせ)

NPO法人

やまがた絆の架け橋ネットワーク

中標津からの風～秋の親子 BBQ 大会

北海道中標津町で開催された「2017 東北チャリティーD-up car fes in 中標津 4th ～絆は強く～」実行委員会様より「親子の思い出づくりに使ってください」とご支援を頂きまして開催します！

日時 平成29年10月14日(土) 11:00～14:00

会場 山形市西公園 芋煮広場 (山形市大字門伝字落合河原3114-10)

※雨天時：福島こころの公民館 fucco

参加費 大人 300円、子ども 200円

定員 10家族程度(先着順)

申し込み 参加する方全員の氏名、子どもは学年または年齢、連絡先、

避難元→避難先を明記し

☎023-674-6013 ☒ fucco@kakehasi.jpn.org まで申込み

※帰還者の参加も大歓迎です！

【締切】 9月29日(金)



日程・詳細が決定しました！

【JPF 共に生きるファンド助成事業】

ポルドブラ&骨盤体操講座

6月に1度開催しましたポルドブラ。

「続けたいね♪」との声におこたえしまして!!

9月～1月の間で5回開催します♡

「難しそうだよ～」 「カラダ固いから…」

いえいえ！ そんなことはありませんよ～

カラダの固さは問いません！

初めての方、連続では参加できない方もOK。

後半に行く骨盤体操。骨盤を正しい位置に戻すことでお腹がほっそり効果★

《参加者さんの声》

★「自分にできるかな？」と不安でしたが、1回の教室でなんと～流れにのることができました。帰ってからもカラダがスッキリしてハマっています。

★骨盤体操を寝る前に意識してやってみると、ぐっすり眠れる気がします！

〈日程〉

① 9月22日(金)

② 10月20日(金)

③ 11月10日(金)

④ 12月1日(金)

⑤ 1月15日(月)

*連続講座ではありません。

途中参加等も大歓迎♪

時間 10:00～11:30

場所 山形市東部公民館、他コミセン等

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル

水分補給用の飲み物

汗拭きタオル

講師 黒澤ひとみ先生・三瓶奈央先生

参加費 無料

託児 要申込み

各2週間前まで連絡をお願いします

申し込み 前日まで可



「禍転じて福と為す」



皆さんこんにちは、やまがた絆の架け橋ネットワークの早坂です。

今日は朝から不倫のニュースです。福岡や秋田では水害の復旧作業で必死になって活動している人もいのに、芸能人ならまだしも、市議員だの国会議員だの、政治の舵取りをする側の人間がこのような体たらく、全く腹立たしい限りです。まあ、国会議員とはいえ人ですから、職場結婚だってあるし恋愛の道は止められませんから、仕方のない事なのかもしれませんが、この先も色々な事について政治家の方々と話しをしなければならぬのに、一部の人のおかげで、政治家なんて当てにならない、話しをしても意味ない、なんて思ってしまいそうになります。ホントに迷惑な話です。

さて、芋煮会に秋祭りにと何かと忙しいシーズンになりました。ふっこでも様々な事業が目白押しです。今年初めて企画するイベントも準備していますので、是非たくさんの方に参加して頂きたいと思います。気が滅入るニュースが多い今日この頃ですが、楽しいイベントでモヤモヤした日常を吹っ飛ばし、明るい日常にしていきましょう！

大人クラフト☆Time

プラバンアクセをつくろう！

プラバンと言っても、定番？のキーホルダーだけでなく立体のアクセサリを作ります。ちょっとハマっちゃうクラフト。短い時間でも集中して何かを作ると、ちょっと気分転換になりますよ♡

日時 9月21日(木)、26日(火) 各回 10:00~12:00

※21日のおにぎりランチ付

場所 福島こころの公民館 fucco

参加費 無料

申し込み 前日までご連絡ください

☎023-674-6013

✉fucco@kakehasi.jpn.org

(LINE 申込みもOKです！)

持ち物 色鉛筆、はさみ

(あれば) 油性マジック(細)、
ポスカなどの油性カラーペン



【JPF 共に生きるファンド助成事業】

fucco LINE に登録を★

イベント情報はもちろん、支援情報などを流しています。

【登録方法】

QRコードを読み取って
←友達に追加



もしくは

友だち検索で ID をチェックして

@mww4243e を入力

「福島こころの公民館 fucco」を友達に登録してください。

登録後、スタンプかメッセージを入れてください。(個別トークとなるためほかの方には見られません)

※LINE を利用していないけど情報が欲しい方はご連絡ください。



福島こころの公民館 fucco (ふっこ)

〒990-0022 山形市東山形2丁目1-19

TEL : 023-674-6013

WEB : <http://kakehasi.jpn.org/kouminkan/>

MAIL : fucco@kakehasi.jpn.org

開設時間：平日 9:30 ~ 16:30



芋煮がしみ〜る季節ですね。家でも頻りに芋煮を作る我が家。一度に多めに煮て、芋煮を2回食べたり、翌日はうどんになったり。

「芋煮は大きなどんぶりで食べたいの！」

そう言われて「芋煮用おわん」を準備した今年。これでた〜っぷり盛り付けた芋煮を食べるんだそうです。

村山地方の牛肉×醤油の芋煮でも、入れる具がちょっとずつ家庭や地域によって違うのも面白い。みんなで作ると、準備からわいわい盛り上がる、それが芋煮なのかも。

あ、ちなみに我が家が舞茸派です ww