

Thursday

9/27

心と体のバランスを整える

## 孔子の里でヨーガ教室

東原岸舎の通年講座の1つであるヨーガ教室（主催：孔子の里）が東原岸舎で催され、市内外から約10人が参加しました。

この日は、19時30分から石庭にキャンドルを灯し、鳴虫の心地よい音色と澄んだ風の音の中で、ヨーガを楽しんでいました。参加者は「ヨーガをすると、心が落ち着いて、体もほぐれてスッキリと次の日を迎えることができます」と話されました。この教室は、日本ヨーガ学会のホームヨーガ教授である古川京子先生と樋渡亜希子先生を講師に月に6回、午前と午後の部で行っています。日頃の疲れなどが、呼吸法を重視した“ハタヨーガ”や瞑想で自律神経の維持や、体のバランスを整える効果が期待されます。



▲講師の樋渡亜希子先生



▲ポーズをとり呼吸を整えている様子



YouTube で動画が見れます！



Wednesday

10/3

どこか懐かしい素朴な味わい

## 岸川まんじゅう屋さん



▲もちもちであつあつの岸川まんじゅう



▲手分けして餡を生地の中に入れていきます

たく市民大学 ゆい工房の講座の1つである手作り体験教室“岸川まんじゅう屋さん”（主催：孔子の里）が中央公民館で行われ、市内外から16人が参加しました。

この講座は、岸川地区に伝わる伝統菓子の岸川まんじゅうを広く知ってもらうために催されており、毎年、シャンポール代表の森さとみ先生を講師として開かれています。

年1回の講座ですが、市外からの受講生が多く、甘酒の再利用法などの質問も相次いでいました。参加者は「添加物を使っていないので安心して食べることができ、今度家で作ってみたい」と意気込まれていました。

Wednesday

10/3

ありがとう「むつみ荘」

## 老人福祉センターを閉館しました

「むつみ荘」の愛称で親しまれた老人福祉センターの廃止に伴い、閉館式（主催：多久市・多久市社会福祉協議会）をむつみ荘（北多久町）で行いました。

「むつみ荘」は、昭和54年の開館から40年にわたり延べ約73万人に利用され、各種の集会やサークル活動など、高齢者の憩いの場として親しまれてきました。施設の老朽化により、天山多久温泉 T A Q U A へ機能を移行。これに伴い、10月1日をもって閉館しました。閉館式には横尾市長や多久市社会福祉協議会の藤田和彦会長、市老人クラブ連合会江打正敬会長、市議会代表、サークル活動代表者らが出席しました。なお、むつみ荘の機能は、天山多久温泉 T A Q U A 内にある「交流スペース 彩り」に移行しています。引き続きご利用ください。



▲挨拶をする江打会長



▲閉館式後の記念撮影