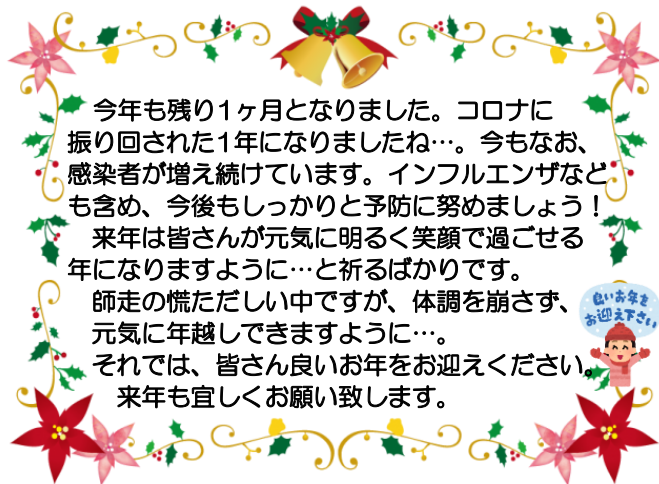




R2 クラブ南阿蘇通信12月号



今年も残り1ヶ月となりました。コロナに振り回された1年になりましたね…。今もなお、感染者が増え続けています。インフルエンザなども含め、今後もしっかりと予防に努めましょう！
来年は皆さんが元気に明るく笑顔で過ごせる年になりますように…と祈るばかりです。
師走の慌ただしい中ですが、体調を崩さず、元気に年越しできますように…。
それでは、皆さん良いお年をお迎えください。来年も宜しくお願い致します。



～会員の皆さまへお知らせ～

ちゃんぽんなどイトメン商品をご注文頂いた方、ご協力頂き誠にありがとうございました。今後とも宜しくお願い致します。なお、商品が届きましたらご連絡致しますので、代金と引き替えにお渡し致します。



「本田よろずや講座」
～夏野菜作りに参加された皆さまへお願い～
クラブ農園で、各自借りられている畑箇所を、まだ片付けされてない方は、12月上旬までに片付けておいてください。
宜しくお願い致します。



「ウォーキングクラブ」

連絡先：横山直美(090-8883-1773)

毎週月曜日：旧久木野庁舎駐車場 午後4時00分集合



元気もんウォーク「山の会」1月はお休みです

～予告～

元気もんウォーク「山の会」第10回 2月登山

*2月18日(木) ※予備日25日(木)

名称：らくだ山と上色見熊野座神(昼食は田楽の里) ※詳細は、2月通信でお知らせ致します。
※あくまでも予定ですので、状況によって変更・中止の場合あり！



～本田よろずや講座～「正月用門松づくり」

参加者募集！



新しい年を迎える準備として手作りの門松を作ってみませんか？

日時：12月27日(日) 10時～終了まで

場所：長陽中央公民館(屋外)

定員：15名(15組 親子参加大歓迎！)

参加費：1500円(昨年の鉢を持参される方は、1000円)

準備物：手袋(軍手)・エプロン(汚れても良い服装)

お持ち帰り用の箱または袋など

※定員になり次第締め切り

冬休み期間中ですので、

親子での参加もお待ちしております！

もちろん、大人だけでも大歓迎！

門松を飾って
良い年を迎えましょう！



～本田よろずや講座～「こんにゃく作り」

参加者募集！



お正月用に、こんにゃくを手作りしてみませんか？

日時：12月10日(木) 9時～

場所：長陽中央公民館

定員：5組10名まで(2人1組で作業して頂きます)

参加費：お一人1000円(10枚程度作れます)

準備物：ゴム手袋・エプロン・イモ洗い手袋・たわし

ミキサー(お持ちの方)・持ち帰り用ビニール袋など

※定員になり次第締め切り



出来立ては、さしみが最高に美味しいですよ！



“2020”『クラブ南阿蘇』カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		クノンボール体操 やさしいハタヨガ	カワイ体育 サッカー練習日 縫いぬいクラブ 陸上競技クラブ 山の会 夜ヨガ 小学放課後油絵教室	サッカー練習日 3B体操教室 健康ヨガ教室 パソコン教室 アンサンブル	マインドフルネス フラダンス教室	
6	7	8	9	10	11	12
	サッカー練習日 タヒチアンダンス フラダンスクラス	クノンボール体操 やさしいハタヨガ	カワイ体育 サッカー練習日 縫いぬいクラブ 陸上競技クラブ	サッカー練習日 3B体操教室 健康ヨガ教室 本田よろずや こんにゃく作り	マインドフルネス フラダンス教室	
	軟式野球クラブ	シニアフラダンス	古典フラ	油絵教室 小学放課後	軟式野球クラブ	
	ウォーキング	放課後さめきクラブ		放課後さめきクラブ		
13	14	15	16	17	18	19
コントラクトブリッジ	サッカー練習日 タヒチアンダンス フラダンスクラス	クノンボール体操 やさしいハタヨガ	カワイ体育 サッカー練習日 縫いぬいクラブ 陸上競技クラブ	サッカー練習日 3B体操教室 健康ヨガ教室 パソコン教室 アンサンブル	マインドフルネス フラダンス教室	
大人英検教室			夜ヨガ			
	軟式野球クラブ	シニアフラダンス	小学放課後油絵教室	軟式野球クラブ		
	ウォーキング	放課後さめきクラブ		放課後さめきクラブ		
20	21	22	23	24	25	26
	サッカー練習日 タヒチアンダンス フラダンスクラス	クノンボール体操 やさしいハタヨガ	カワイ体育 サッカー練習日 縫いぬいクラブ 陸上競技クラブ	サッカー練習日 3B体操教室 童謡唱歌 ハーブ教室 アンサンブル	マインドフルネス フラダンス教室	
	軟式野球クラブ	シニアフラダンス	小学放課後油絵教室	軟式野球クラブ		
	ウォーキング			油絵教室	軟式野球クラブ	
27	28	29	30	31		
コントラクトブリッジ						
大人英検教室	軟式野球クラブ					
本田よろずや 門松作り	ウォーキング					
	仕事納め					

★カワイ体育教室(体育・新体操)＝水曜日 16:30～17:30幼児の部 17:30～18:30児童の部 白水体育館
★サッカークラブ＝(月・水・木) 18:00～19:00(幼～小4年) 18:30～20:00(小4～6年・中学生) 白水運動公園
★サッカースクール＝上記に同じ ※ただし試合・遠征・合宿などはなし
★3B体操教室＝第1・2・3木曜日(月3回) 10:00～12:00 長陽中央公民館(第1研)
★タヒチアンダンス＝第1・2・3月曜日(祝日除く) 17:30～18:30 長陽中央公民館 参加者大募集！
★フラダンスクラス＝曜日・場所は、上記に同じ 20:00～21:00(時間変更) ★シニアフラダンス＝第2,4火曜日13時～
★元気もんウォーク「山の会」＝詳細は左記をご覧ください。
★南阿蘇ウォーキングクラブ＝毎週月曜日 16時～ 旧久木野庁舎駐車場集合 ※詳細は横山直美(090-8883-1773)まで
★らくらく健康ヨガ教室＝第1・2・3木曜日(月3回) 14:15～15:30 長陽中央公民館(第1研)
★クノンボール健康体操教室＝第1～4火曜日 10:00～11:00 長陽中央公民館(第1研)
★陸上競技クラブ＝水曜日 18:00～19:00(小・中) 19:00～20:00(一般) 白水運動公園(雨天時:南阿蘇中学校体育館)
★学童軟式野球クラブ＝毎週月曜日・金曜日 17:00～18:30 白水運動公園(雨天時:白水体育館)
★①マインドフルネス ②フラダンス＝第1・3金曜日①17:45～18:45 ②19:00～20:00 長陽中央公民館(第1研)
★やさしいハタヨガ＝火曜日10:00～11:15 白水保健センター(和室) ★夜ヨガ＝20:00～21:00 白水保健センター
★童謡唱歌教室＝第4木曜日 10:00～ 長陽中央公民館(第2研)
★ハーブ教室＝第4木曜日 14:00～15:30 ママホットガーデン(河陰3532-20)
★縫いぬいクラブ＝毎週水曜日 10:00～15:00 長陽中央公民館(第2研)
★油絵教室＝第2・4水曜日【昼の部】10:00～12:00 【夜の部】19:00～21:00 アトリエだんだん(河陰3617-2)
★親子・子ども油絵教室＝第3土曜日 10:00～12:00 アトリエだんだん(河陰3617-2)
★小学生放課後油絵教室＝水曜日 放課後～ 久木野総合センター(和室)
★大人英検学習教室＝月2回(日曜日) ①5級 8:30～10:00 ②4級 10:30～12:00 長陽中央公民館(第2研)
★中高生英語力アップ教室＝水曜日:中学生→15:30～ 長陽中央公民館(第2研) 日曜日:高校生/講師自宅
★コントラクトブリッジ同好会＝第2,4日曜日 13:30～16:30 白水保健センター会議室
★パソコン教室＝第2, 4金曜日(月2回) 時間は各コースごと 長陽中央公民館(第2研) 注:12月は、1,3金曜日に変更！
★アンサンブル＝毎週4金曜日 10:00～ 長陽中央公民館(第1研) 参加者大募集！

お問合せ:「クラブ南阿蘇」事務局 〒869-1404 南阿蘇村河陽3575(長陽中央公民館内)
TEL:0967-67-0182 FAX:0967-67-3352

info@clubminamiaso.org

https://clubminamiaso.org



南阿蘇オーガニック(株)
南阿蘇オーガニックカフェASOBIO(河陰546-4)
南阿蘇の自然の中で
本物の美味しさを。
予約・お問い合わせ
☎050-5595-8366



有限会社 丸野石油店
南阿蘇村立野182-2
TEL : 0967-68-0019



パソコン教室「あおぞら」
同じことを100回聞かれても
笑顔でお答えします！
パソコン教室あおぞら
☎096-234-7880



木郷滝自然つりセンター
釣りに感動 グルメで満足
予約・お問い合わせ
☎0967-64-0440



— 地域密着、地域に貢献 —
株式会社 藤本建設工業
お問い合わせ
☎ 0967-67-0138



ヤマザキYショップ 茂田店
営業時間 7:00~23:00(無休)
TEL 0967-67-2666 南阿蘇村河陽



賛助会員募集中！

賛助会員募集中！

賛助会員募集中！

賛助会員募集中！

★クラブ南阿蘇新企画★「南阿蘇ふるさと体験塾 ただのいなかじゃーなかよ。」活動報告〜〜！

南阿蘇村のこどもたちに、ふるさとの身近な自然とふれあいながら、南阿蘇の魅力を活かした体験学習の場を企画しました。自分たちで村を案内できるくらい詳しく知ってもらおうと村内在住のジオガイドの皆さんに案内していただき、第一回南阿蘇ふるさと体験塾を3日にわたり開催しました。

1日目【8月30日(日)】8:00~16:30
テーマ：～阿蘇火山の成り立ちと人々の関わりを知る。草原の動植物を観察する～

きもちの良い晴天の朝。村内の小学生8人が集合して、出発！火山がテーマの今日、向かう先は、阿蘇山上。火山博物館では火山の成り立ちを知る展示物を見学し、カルデラ実験を体験しました。草千里では、季節の植物ビンゴゲームに挑戦したり、水を求めて集まる動物たちの足跡を調査しました。馬の糞の中から、絶滅危惧種に指定されている糞虫、『ゴホンダイコクコガネ』を見つけ、糞虫が糞を分解して土にかえてくれる貴重な存在ということも学びました。

2日目【9月26日(土)】8:00~16:30
テーマ：～カルデラ地形や南阿蘇の山々を知る。熊本地震を知り、防災の意識を高める～

前回より仲間がひとり増えて9人が参加。まず向かったのはグリーンロード展望所。自分たちの住む村を眺めます。阿蘇の山々や田んぼ。あらためて南阿蘇の美しさを味わっていました。この季節に実る、あけびを口にし、初めての味に大笑いしていました。恐ヶ淵や羅漢山を散策し、次に向かったのはあそ望の郷。観光の場であり、避難所としての役割もあります。敷地内にある縄文時代からの栢木谷遺跡なども説明を聞きながら回りました。昼食を食べ、午後は熊本地震震災ミュージアム(旧東海大学阿蘇キャンパス)へ。大きく地割れした断層や、黒川被災ワーク、阿蘇大橋崩落現場や新阿蘇大橋(仮称)の建設現場を訪れました。地震の経験や教訓を後世につなぎ復興へと進む「今」を仲間とともに味わいました。そのあとは、高野台防災公園に行き、普段はベンチなのですが、有事の時は、トイレやかまどとして使えるかまどベンチの設置を体験しました。

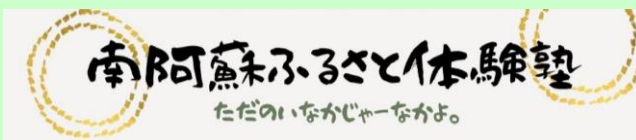
3日目【11月7日(土)】8:00~16:30
テーマ：～豊かな湧水に恵まれて暮らせる喜びと、地元で親しまれる南阿蘇鉄道～

竹崎水源や白川水源、保木下井出や片山松翁の碑をみながら、水の循環や水と農業の関係を学び中松駅では、約5000年前の溶岩が流れて固まった場所や、空襲の跡などを体験しました。午後はトロッコ列車に乗り、南阿蘇ビジターセンターで、草原の草花などについて教わり、南阿蘇のよかとこ自慢会をして、今年度の体験塾を終えました。火山やオオルリシジミ、水源などをテーマにした参加賞のオリジナル缶バッジもゲット☆

（ふるさと体験塾に参加した児童からの声）

- ・日本一広い草原や、1,500カ所もの水源。希少なハナシノブという植物を知った(両井小6年)
- ・野焼きで草原を守っていることを初めて知った。カルデラに9万年の歴史があることを知った(中松6年)
- ・トロッコ列車から見える景色がきれいだった。白川水源の水がおいしかった(南西小5年)
- ・阿蘇のことはなんでも知っててと思っていたけど、新しいことをたくさん知れました(白水小5年)
- ・熊本地震被災ワークで地震の被害の大きさが分かった。南阿蘇の素晴らしさに驚いた(久木野小6年)

来年度も開催する予定ですので、ぜひご参加ください。



本田よろずや夏野菜作り講座「たくさん収穫できました〜！」

クラブ農園にて4月~11月にかけて、色々な夏野菜を育てたくさん収穫することができました！各自区分の畑には「ミニトマト・長ナス・佐土原ナス・きゅうり・地ぎゅうり・ピーマン・ズッキーニ」などを植え、共同畑では「ジャガイモ・さつまいも・里芋」など数品種の苗を植えました。また、葉物野菜では「レタス・ブロッコリー・カリフラワー・サニーレタス」などもたくさん植えて、今年の夏野菜講座は盛り沢山でした！これも講師の本田さんのお陰です。美味しいお野菜をたくさんありがとうございました！秋に収穫したさつまいもがたくさん採れたので、参加者に配分した後の余りの芋を、クラブ事務所で販売いたしました。皆さんに喜んでお買い求め頂きました。さつまいもの売上金はクラブ事業費として活用させていただきます。ありがとうございました。



「山の会」11月登山報告

登った山：マゼノ渓谷・押土石
実施日：11月8日(日)
参加者：男9人 女13人 計22人



最高に気持ちの良い秋晴れに恵まれ、マゼノ渓谷のきれいな紅葉や押土石の素晴らしいロケーションを眺め感動！最高の癒しとパワーを注入することができました。マゼノ渓谷では、きれいな紅葉や渓谷を写真に収めたり、道中に咲く花やキノコを観察し、押土石では、大自然に癒されながら頂上付近の草原でゆっくりお弁当タイム。今回も抹茶の振る舞いあり(^.^) いよいよ「押土石の丘」の360°の大パノラマへ！シュメール文字が刻まれた鏡石では文字を探し、この巨石群の中心をなす太陽石では方位磁石を手に、磁気の動きが正常ではなく方位磁石がクルクルと回るのを体験したり。今回初めて訪れた参加者は皆さん感動の一言！本当に心身共に癒された一日でした！

