

◇◇和賀町男子ソフトボール大会◇◇

10月5日(日)、和賀東中学校と和賀西小学校を会場に、右記チームによるソフトボール大会が行われました。

人口減少とスポーツ人口が年々減少する中での選手集め等大変ではあります、集まった選手陣はチームワークが良く楽しみながらも真剣に挑んでました。大変お疲れ様でした！



◇◇ヨガ+リハビリ=ヨガビリー◇◇

10/11(土)、女性の会では『ヨガビリー』に挑戦しました。

ヨガビリーとは、ヨガとリハビリを組み合わせた運動のこと。

足の裏から始めて、じっくりとほぐしていくと、さっきまで冷たかった足の裏が、ぽかぽかに。血流の滞りは、様々な身体の不調を招くそうで、講師の高橋さんはヨガビリーを始めてから、ほとんど病院に行かなくなつたとか。これから益々冷え込みますが、足のマッサージを習慣化して、冬でもぽかぽかに過ごしたいですね♪



◇◇岩盤浴ときりたんぽづくり体験と紅葉と◇◇

10月17日(金)、25名の御一行は紅葉真っ盛りの八幡平アスピーテラインを通り抜け、天然岩盤浴発祥の地、秋田県の玉川温泉へ。山のあちこちから地熱や硫黄が噴き出している岩場で、自然の恩恵を受けながら自分の体と向き合う時間をすごしました。

続いて、道の駅あんとらあにてくりたんぽづくりも皆さん初体験。ちょっとしたコツを守れるか守れないかで出来栄えが違っていましたが、新米のあきたこまちと甘味噌のハーモニーが奏で合い、売店で売っているのより？美味しいできました。



◇◇避難時の合言葉…お・は・し・も◇◇

学習発表会振り替え休日の10/27(月)、笠松学童の子どもたち、先生、交流センター職員で火災を想定した避難訓練を行いました。館内の非常ベルが鳴り響く中、消火栓を出し初期消火訓練、通報訓練、来館者誘導、負傷者を担架で運ぶ訓練をし外へ避難。その後、和賀分署の指導のもと消火器訓練をして、避難時の合言葉を確認して終了となりました。



インスタはじめました

より多くの皆さんに情報が届くようにこの度、instagramを始めました！



◇◇コミュスク通信◇◇

和賀西中学校

11/1.2に県中総体ラグビー競技が行われ、決勝戦北上A(31点)対北上B(28点)という結果に。北上Bチームに2年菊池陽太さんが所属していてフル出場で大健闘しました！

「和賀交流センター」職員募集について

和賀地区自治協議会では、雇用期間満了となる和賀交流センター職員を公募いたします。応募を希望する方は、下記事項に留意の上申し込みしてください。

1. 職種及び採用人員

職名	採用人員	主な職務内容
地域づくり推進員	1	地域づくりに関する事業の計画と実践及び庶務事項

2. 雇用条件

給与月額(円)	勤務時間	雇用期間	その他
126,300	9:00~15:45	原則2年	健康保険・厚生年金・雇用保険加入

※昇給及び休暇等については就業規則で定めております。※雇用期間満了後再応募できます。

3. 応募資格

年齢	その他
令和7年4月1日現在で 21歳以上65歳未満	・原則として北上市内に居住し、健康であること ・普通自動車運転免許資格を有する人 ・エクセル・ワードの基本操作ができる人

4. 選考方法等

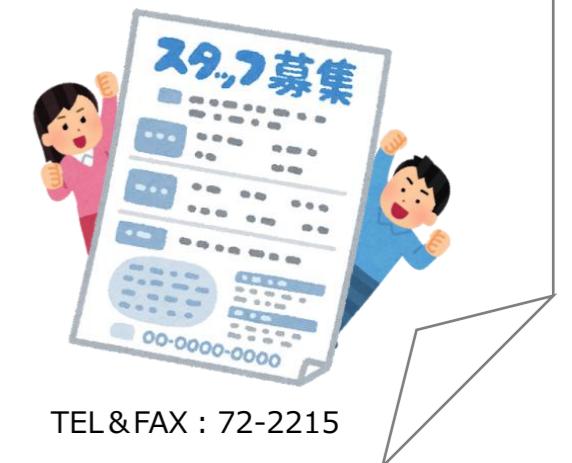
- (1) 面接と書類選考による。
- (2) 面接日時、場所等は、応募締め切り後に通知します。

5. 応募受付期間等

令和7年12月1日(月)から12月25日(木)(土曜日、日曜日を除く)までとし、受付時間は午前8時30分～午後5時までとします。

6. 応募手続き

市販の履歴書に必要事項を記入の上、提出してください。



7. 採用可否の通知

受験者に書面により通知します。

8. 応募受付場所及び問合せ先

和賀地区自治協議会(和賀地区交流センター内)

〒024-0332 北上市和賀町豊川目1-1-13 電話番号 TEL&FAX: 72-2215



地域包括支援センターわっこのわ からのお知らせ

開催名	開催日時	場所	内 容	対象	料金
わっこのわ 体操教室	11/26(水) 10:15受付 10:30~ 11:30	和賀町 総合 福祉センタ-	安全に雪かきするために日頃からのストレッチ 講師: 健康運動指導士 持ち物: 上履き、水分補給	市内の概ね 65歳以上 ※前日までに電 話で要申込み	無料
口バ隊長ち くちく隊& cafe	12/4(木) 9:45~ 11:30 出入り自由	江釣子 地区 交流センタ-	口バ隊長作り、おしゃべりなど。 今月のお話は「クリスマス会♪ツリーの飾り付けし よう！」一緒に季節を感じませんか？	市内のどなた でも ※申込み不要	無料

◆申し込み・問合せ◆地域包括支援センターわっこのわ ☎62-3247