



県の戦没者慰靈塔「岩手の塔」の前で記念撮影する参加者

向け仙台空港を飛び立ちました。名護市では、第35代名護さくらの女王発表会や名護さくらまつりに参加し、名護市民との友好を深めました。また沖縄県の名勝に指定される万座毛や、岩手県の戦没者慰靈塔のある摩文仁の丘など12カ所を見学しました。

名護市とは、旧松尾村が同じ桜をシンボルとしていたことが縁で、昭和63年1月に友好都市提携を締結。長年にわたり観光振興や青少年育成などさまざまな面で交流を深めてきました。八幡平市に合併後の19年1月27日に新たに両市長が締結書に署名し、友好を誓っています。

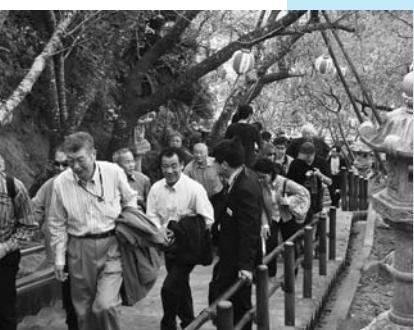
## 手軽な運動で解消するメタボリック症候群



笑顔でエクササイズに取り組む参加者

自宅でできる手軽な運動を学び、運動不足やメタボリック症候群の解消を目指す「知つ得メタボ教室」は2月6日、畠公民館で行われました。地域から20人が参加。運動実践指導士の村木慎子さんから、「ミニバランスボールを使つて座つたままできるエクササイズなどを学びました。無理なく簡単にできるエクササイズに、参加者は笑顔で取り組んでいました。

## 松尾地区公民館で手編みのぬくもりを学ぶ



名護市の桜は2月上旬が見ごろです

この講座は3回シリーズで行われ、前回までにマフラーなども作っています。この講座は3回シリーズで行われ、前回までにマフラーなども作っています。



講師の編み方に注目する参加者

松尾地区公民館の3回目の手編み講座は1月27日、同公民館で行われました。

佐々木創子さん(松尾寄木)が講師を務め、編み目の増やし方などを学びながら、二ツト帽子を作りました。参加者は「いろいろな人と話しができたり、新しいことを学ぶことができて楽しい」と笑顔で作業を進めていました。