

コミュニティ
広報
7/5 2026

はんだ



vol.
247

初めての山歩き 尾瀬ヶ原ハイキング

6月13日(土) ☀

活動推進事業



保健体育部主催の初めての山歩きシリーズ。今回は、一度は訪れてみたい場所として人気の尾瀬ヶ原日帰りハイキングを楽しんできました。本番を迎えるにあたり5月29日には尾瀬への知識を深めるために春川先生をお迎えして座学を開催。先生から「尾瀬は歩くことでしか出会えない景色がたくさんある場所」とお話がありました。そしてご自身も尾瀬に出会ったことが山を愛す出発点であったということでした。山歩き出発は朝の5時30分🌸(普段ならまだ夢の中の時間帯💙)老若男女総勢40名、春川先生が参加者に合わせたペースを考えて下さり、往復約11キロのコースを誰一人の故障者もなく完歩することができました。最後は、恒例の日帰り温泉で酷使した身体を癒し、帰路につきました。

尾瀬ヶ原ハイキング その2

尾瀬は私の初恋の山

保健体育部

2026年5月29日

【山歩き座学】

尾瀬ヶ原ハイキング

今年も堀にお住いの春川純一先生にご指導頂きました
春川先生が山歩きを始めたきっかけの尾瀬ヶ原
説明からもその思いが伝わってきます

大勢の方が参加者されました

越後交通の大型バスを利用



コミセン5:30 出発

朝早い集合時間
でしたが、全員
遅れることなく
予定通りに出発!

尾瀬戸倉駐車場到着



ココからシャトルバスに乗車
待ち時間を利用してストレッチ体操で
身体を目覚めさせて準備万端です

鳩待峠到着



さあ! 山の鼻目指していざ出発!

当日の天気は尾瀬周辺にお昼ごろにかけて雷雲予報。
でも私たちの頭上には絶えずお日様が道を照らしてくれました。

登るかと思いきや最初の40分は下り坂..
逆に帰りが心配になりました💧

山の鼻で早めの昼食タイム



いよいよ尾瀬ヶ原に向かいます!



熊に遭遇することなく



お天気も良く燧ヶ岳もきれいに見えました
逆さ燧もパッチリ! (表紙を見てね)



尾瀬の風を十分に感じられた
素晴らしい1日でした



今回の目的地
牛首分岐に到着!
一息ついて折返しです

おつかれ
さまでした。

地元の人間くと水芭蕉のピークは一週間
程過ぎており、ニッコウキスゲには少し早
いとのことでしたが、尾瀬ヶ原の木道には
長い団体の列が見られ、一部では渋滞も起
こっていました。それでも雪解けが遅い場
所に咲いている水芭蕉を
見つけると歓声が湧き
上がっていました。



みんなで楽しく！笹だんご教室

6月6日(土)※

福祉交結部



こねる！



丸める！



つつむ！



ちまき作り

古くからえんま市の時期に作られてきた笹だんごやチマキという郷土料理作りを、地域の名人7名に協力を頂き開催しました。参加者34名が7つの班に分かれ、それぞれの指導者の下、粉の練りから始まり、あんこを入れて笹で包み、最後にスゲで縛る工程を教わりました。スゲの巻き方が難しく焦りがちですが、指導者の方から急がなくてよいから丁寧に指導を受け、参加した皆さんはじっくりと楽しみながら作っていました。

ピラティス講座スタート（全6回）

6月4日(木)～8月20日(木)

ピラティスはもともとリハビリ目的で生まれた運動で、体の機能改善や筋肉のバランスを重視します。心と体の両方に働きかけるエクササイズであり日常生活の動作や健康維持に役立つメソッドです。



講師の佐野えり先生



今回は、仕事帰りに気分転換したいという声もあり夜の講座を開催しました。コミセンを活用したいけど仕事や家事で普段利用できない方への応援になればという企画です。また皆様の声をお聞かせ下さい。

コミセンへお客様



今日は半田小学校2年生52名が地域探訪の授業で半田コミセンへ寄ってくれました。ほとんどの子供たちがコミセンに来たことがあるとの声を聞き大変嬉しく思いました。はんだマルシェやミニミニえんま市等、楽しんで貰う場面が多いですが、時には災害の時の避難所でもあるんだよと伝え、持ってきた学習用紙にしっかり書き込んでいました。これからも沢山の子どもたちの利用を待っています！



コミセンからのお知らせ

6/20 号でお知らせしましたとおり、今年も柏崎ぎおんまつり民謡街頭流しに参加します。

地域を盛り上げ、絆を深めるために、みなでお揃いの法被を着て参加しましょう！

大勢の皆さまの参加をお待ちしております。

みんなでチョイスアッ！ お申込みは7/10まで



これからの予定



7月10日(金)	民謡流し練習
15日(水)	半田小体育館
7月16日(木)	ピラティス④
7月19日(日)	民謡流し練習
22日(水)	コミセン体育館
7月24日(金)	ぎおん民謡流し
7月25日(土)	ぎおんたる仁和賀
7月28日(火)	スマホ教室①
8月1日(土)	草刈りボランティア
8月6日(木)	ピラティス⑤

あとがき 自然と触れ合う活動は、天候に恵まれると、最高の思い出になります。今回、私は32年ぶりに尾瀬を訪れました。前は雨でしたが、今回は見事な晴天。嬉しさとともに、これまでの長い年月に思いを馳せました。旅の締めくくりには、思わぬ出来事もありました。帰りの高速道路でトラブルが発生し、月夜野ICで降りて三国峠を回るルートに急遽変更。かつて使っていた懐かしい道路に、参加者からも「何十年ぶりだろう」と感激の声が漏れました。三国トンネルや苗場スキー場といった昭和の面影が残る景色を楽しめ、尾瀬の自然と合わせて2倍も得をした気分の一日になりました。素晴らしい体験ができる尾瀬へ、皆様も一度足を運んでみませんか。【板羽】