

3/21(土) 作品展と交流会

13:00~15:00 二本松市勤労者研修センター
(二本松市郭内 1-5-1)

♥エール作品の展示(作品をご持参ください)

大堀相馬焼・水彩画・パステルアート・ちぎり絵&切り絵
絵手紙・写経と書道アートなどの作品を募集中!!

♥スライド上映や交流会(演奏者募集)喫茶コーナー、ゲームコーナー

♥ダンスグループが参加予定 東京ブギウギ、どじょうすくい など

◎参加したお子さんにはお菓子のプレゼントあり

★参加費 無料

どなたでもお気軽にご参加ください



昨年の交流会



自分の恵方巻きは自分で巻く



寒さを吹き飛ばす豚丼作り



スライム作りも

3月21日の「エール 作品展と交流会」にご参加ください

3月21日開催の「エール 作品展と交流会」にぜひご参加ください。1年間趣味の教室エールで取り組んだ作品の展示とともに、演奏やダンスなどの催しを楽しみながら交流を深めます。今回はすでに2つのダンスグループが参加予定で、東京ブギウギ、どじょうすくいなどのダンスを踊っていただきます。ピアノやバイオリンなどの演奏者も募集しています。喫茶コーナーやゲームコーナーもあり、子どもから高齢者まで楽しめます。

2月のこども食堂は「恵方巻き作り」や「豚丼作り」

2月のこども食堂では「恵方巻き作り」や「豚丼作り」を実施しました。子どもたちと一緒に玉子焼きやシタケの佃煮などの具材を作り、自分の恵方巻きは自分で巻いて作りました。「豚丼作り」ではみんなで豚肉をいためたり野菜を切ったり、フルーツヨーグルトを作ったりしました。どなたでもお気軽にご参加ください。参加者やボランティアを募集中。

あだたら青い空へのご加入やご寄付をお願いします ●裏面下の振込先をご参照

諸物価高騰のためにあだたら青い空の活動資金が少なくなっています。会員加入(更新も含む)やご寄付の呼びかけをせざるを得ない厳しい状況となっています。何卒宜しくお願い致します。

日本百名山紀行 ③十勝岳

幌尻岳の次は北海道の屋根・大雪山国立公園の南部の十勝連峰の最高峰である十勝岳です。この時の山行計画は十勝岳から登り、連峰を縦走してトムラウシ山、そして大雪山の最高峰の旭岳まで行く3泊4日の山行でした。十勝岳の登山口の十勝岳温泉からテント(縦走途中に山小屋がないところがあったため)や食料など20kg以上のザックを背負って出発しました。重いザックと小雨混じりのあいにくの出発でしたが、途中で北海道特有のシマリスやナキウサギに遇ったり、裾の噴煙を見たりと絶景を楽しみながら登ることができました。十勝岳は1988年に小規模な噴火した火山の山で、頂上付近は草木も生えないザレ場で霧が濃いときは方向を見失うような場所でした。

十勝岳山頂を後にして、次のトムラウシ山までの途中で美瑛(びえい)富士避難小屋に宿泊しました。ここには何人かの登山客がいましたが、四国から1人で来た男性がお米からご飯を炊いていました。翌日、二百名山のオプタテシケ山を越えて、トムラウシ山に向かう縦走路は縦走する人が少ないためか、登山道のルートがわかりづらく、しばしの「やぶこぎ」を強いられました。(つづく)

3月の青い空のイベントにご参加を

子どもから高齢者まで、どなたでも自由に参加できます

- 8(日)10時こども食堂 二本松福祉C ナポリタン作り
- 14(土)森のがっこう 9:00 フォレストパークあだたら
- 15(日)郡山市梅ロードウォーク 9:00 郡山市西田ふれあい
- 21(土)作品展と交流会 13:00 二本松市勤労者研修C
- 22(日)10時こども食堂 二本松福祉C 豚丼作り
- 29(日)草野心平ハイク 7:00 霞ヶ城 7:40 福島市小島の森

3月の青い空スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
食料品配達支援				教育相談		
8	9	10	11	12	13	14
こども食堂				教育相談		森のがっこう
15	16	17	18	19	20	21
郡山市梅ロードウォーク				教育相談		作品展交流会
22	23	24	25	26	27	28
こども食堂 /29 草野心平ハイク	/30	/31		教育相談		フードドライブ



春を感じた中野不動尊ウォーク



いにしえをしのぶ医王寺



写経で心穏やかに



素敵な書道アート作品

ハイキングやウォーキングに参加し 心も体も温かく 3/29「草野心平ハイク」 4/5「浜通り桜ハイク」

2月は「写経と書道アート」、「中野不動尊と医王寺ウォーク」

2月の「写経と書道アート」では、写経で心を整え、ストレス解消・集中力の向上・脳の活性化などを図りました。書道アートでは「春」や「桜」、「花」などをテーマにして、色や絵などを取り入れて素敵な作品を作りました。

「中野不動尊と医王寺ウォーク」では、厄除け難除けの日本三大不動の中野不動尊を参拝。大日堂や不動滝、三十六童子が祀られている洞窟めぐりをしました。そしてそこから歩いて医王寺に向かいました。真言宗瑠璃光山医王寺では義経・弁慶を助けた佐藤継信・忠信兄弟のお墓や、乙和御前の椿、「奥の細道」の松尾芭蕉の歌碑などを見学し、最後に道の駅ふくしまで昼食会をしました。

3月は「草野心平文学散歩ハイク」「郡山市梅ロードウォーク」

3月29日にはいわき市出身の「カエルの詩人」と言われ、無名だった宮沢賢治を世に知らしめた草野心平さんの文学散歩ハイクをいわき市や川内村で行います。カエルが好きだった草野心平がモリアオガエルの生息地の川内村との交流が始まり、心平が自身の蔵書 3000 冊を村に寄贈したことを契機に天山文庫が作られました。天山とは心平が好きだった中国の天山山脈が由来であり、天山文庫の玄関には川端康成書の扁額が飾られています。川内村のいわなの郷でいわな料理もいただきます。

3月15日の「郡山市梅ロードウォーク」では、一足早く春を体感します。

4月の「浜通り桜の名所ハイク」5月の「那須高原ハイク」も予約受付中

4月の「浜通り桜の名所ハイク」では、いわき市・松ヶ岡公園(桜 270 本)から始まり北上しながら、富岡町・夜の森桜並木(桜 420 本)、浪江町・請戸川リバーライン(桜 120 本)、相馬市・馬陵公園(桜 600 本)を巡ります。

5月の「那須高原ヤマツツジ ハイク」では、20 万本ものヤマツツジやドウダンツツジの花が圧巻の八幡ツツジ群生地を散策し、またステンドグラス美術館では綺麗なステンドグラスを鑑賞しつつ、パイプオルガンやオルゴールの演奏なども楽しめます。

ハイキングにご参加ください

- ◆3/29(日)草野心平文学散歩ハイク (バス)
7:00 二本松市霞ヶ城 7:40 福島市小鳥の森駐車場
いわき市草野心平文学館 川内村天山文庫 いわなの郷
- ◆4/5(日)浜通り桜の名所ハイク(バス)
いわき市 松ヶ岡公園(桜 270 本)→富岡町 夜ノ森(桜 420 本)→
浪江町請戸川リバーライン(桜 120 本)→相馬市 馬陵公園
(桜 600 本) ●途中からの参加も歓迎 JRいわき駅に立寄り
- ◆5/17(日)那須高原ヤマツツジハイク(バス)
八幡ヤマツツジ群生地(20 万本)→つつじ吊り橋→
昼食(道の駅)→ステンドグラス美術館→チーズガーデン

ウォーキングやエールにご参加を

- 子どもさんも参加できます
- ★3/15(日)郡山市 梅ロードウォーク
9:00 郡山市西田ふれあいセンター
- ★3/21(土) 作品展と交流会
13:00 二本松市勤労者研修センター
- ★4/12(日)郡山市桜名所お花見会
9:00 郡山市開成山公園西側駐車場
笹原川千本桜 開成山公園お花見会(コンビニ弁当)
- ★4/18(土) 大堀相馬焼体験
13:00 本宮市 春山窯
- ★5/23(土)飯舘村野手上山ウォーク
9:00 飯舘村 道の駅までい館

あだたら 朝ドラ『ばけばけ』は、日本の生活や風習、文化などを世界に紹介した小泉八雲(ラフカディオ・ハーン)とその妻セツの物語。八雲の著書『日本の面影』を通して、日本人とは何かを見つめなおすことができます。オーバーツーリズム、差別や偏見、ヘイトスピーチなど外国人問題がクローズアップされる昨今ですが、130 年以上前の明治の初期に、日本人より日本のことを理解しようとしていた外国人が存在していたことに多くを学ばれます。朝ドラを機に松江城をはじめ、池で和紙に硬貨をのせて占う八重垣神社、大亀がいる月照寺、キツネの石像が並ぶ城山稻荷神社に行ってみよう。

NPO法人あだたら青い空の**会員加入**、**運営協力金**にご協力をお願いいたします

- ★正会員(個人年間 5000 円 団体 10000 円)賛助会員(個人年間 3000 円 団体 8000 円)にご加入ください
- ★振込先 ゆうちょ銀行 店名八二八(記号 18230 番号 38434861) 普通 3843486 特定非営利活動法人あだたら青い空