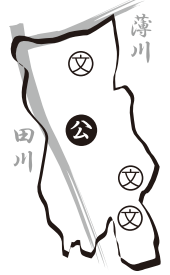


館報

庄内



庄内地区
令和5年9月1日現在人口
世帯数 7,258戸
男 7,332人
女 7,328人
合計 14,660人
発行 庄内地区公民館
(ゆめひろば庄内)
電話 24-1811
FAX 24-1812

前号に引き続き、庄内地区各町会で活動しているサークルやサロンの皆さんを紹介していきます。

並柳体操の会



並柳町の公民館を利用して活動しているサークルを紹介します。

並柳体操の会は、高齢者の健康と体力維持を目的に、町会高齢者クラブの皆さんと平成8年より始めました。現在も60代から80代の15名程度が参加して毎月2回町会公民館で体操を続けています。

内容は、ビデオを使った体操や筋トレ、ストレッチなどを中心に、毎回1時間半皆で楽しく体を動かしています。また、活動は運動だけでなく、皆で季節の歌を歌ったり、最近新しい動きも取り入れて、楽しい集まりになっています。「皆さんに運動だけでなく、栄養面や心と体の関係、また季節ごとの体調管理についてもお伝えしています。」

【仲間と一緒に楽しく体を動か

かして、体力・筋力の低下を防ぎ、いつまでも元気で暮らしてほしい」という発足当初からの想いは今も変わりません。元気に歳を重ねられる方が増えることを願ってこの会を続けていきたいです」と同会代表の小澤芳子さんは話しています。



並柳町会の方  
毎月第1・3金曜日10時～  
場所は、並柳公民館

お元気サロン  
いきいき百歳体操

筑摩

令和3年12月からスタートした「いきいき百歳体操」は、7月で56回を迎えました。途中コロナ禍で中止になった時がありましたが、参加の皆さんの熱意により回数を重ねることができました。

半年に一度、握力片足立ち、いすの立ち上がり等の体力測定をしています。その度に体力が向上しており、皆さんの体操を継続する意欲に繋がっています。

「いきいき百歳体操」は、「いつまでも自分らしい生活を送りたい」「仲間と元気に暮らしていきたい」という趣旨の下集まっています。そのため、体操が終了後、半年に一度おしゃべりをしながら茶話会、お昼の軽食会を行い、「ミニニケーション」を図っています。今後も参加の皆さんが、楽しみながら体操を継続できるように、励まし合って行きたいと思っています。

「継続は力なり」です！



筑摩にお住まいなら誰でも  
毎週月10時～11時30分  
場所は、筑摩公民館

やまびこ  
子どもまつり開催!

子ども会育成会では、去る7月22日におまつり形式でのやまびこ子どもまつりを4年ぶりに開催しました。来場者に制限のないおまつりは、令和元年以来のこと。イベントの狙いは、地域における子どもの育成と地域の活性化です。「コロナによる閉塞感を打開し、何とか従前の状態に戻りたい」という思いが大きくありました。

まつりの主役は子どもたち。どんな事をやったらみんなが楽しく参加することが出来るか？子ども会の皆さんには4年前の開催内容の記憶は希薄です。そんな中でも子どもたちの知恵と意見を基に、大人のアレンジを加えて骨子を作成。庄内地区の各種団体の皆さんのご協力を得て、当日の開催となりました。

子どもたち進行の開会式。何かがもたらえる〇×クイズ。そして子どもたちの希望をできる限り実現した各種イベント。券売方式とした有料イベントのチケットは、販売開始から1時間以内に完売。無料のイベントにも長い行列ができるなど、予想以上に多くの皆さんに来場いただき、盛況

となりました。

子どもまつりに対する期待感、来場された皆さんの笑顔に表れていたと思います。おまつりもマンネリ化し、もついいのではないかとという意見も過去にはありましたが、この盛況ぶり子どもたちの笑顔を見れば、来年以降の企画の励みになります。

ご協力いただきました各種団体の皆さまにお礼の言葉を申し上げるとともに、これからも変わらぬご協力をよろしくお願いいたします。

(子ども会育成会育成部長  
手塚 剛典)



約600人が  
参加しました!



### 地区の町会を知ろう!

**筑摩**

R5.9.1現在  
世帯数:752  
人口:1,497人  
〔男:723人 女:774人〕

皆さんこんにちは。筑摩町会長の大内正紀です。現在、十代目の町会長を務めさせていただいており、長い歴史がある町会です。

先日、昔のビデオテープを見る機会がありました。町会での行事が映し出されており、大勢の方が賑やかに参加されている様子を見ることができました。その流れが今に受け継がれ、各部の活動が活発に行われております。

春のレクリエーション「マレットゴルフ大会」常時行われている「いきいき百歳体操」では、幅広い年齢の方に参加していただいています。また「せいねん会」と共催している「子ども祭り」、小学生と合同の「グラウンドゴルフ大会」では、沢山の子どもたちの参加があります。そして、町会員さん100名以上参加しての「すすき川土手の草刈り」など、各年代層の方々に合わせた行事を行っております。

次の世代を担う人たちが(年齢に制限なく)で組織している【せいねん会】を中心に、今後も町会発展のために力を発揮してくれると思っております。

(筑摩町会長 大内正紀)

### 筑摩町会公民館活動の紹介

筑摩公民館は、築館約50年近く経っており、歴史ある古い公民館でもあります。この古き良き公民館を町会戸数428戸35組の方々が交代で、積極的に清掃活動に取り組んでいるため、とても綺麗な公民館です。

公民館活動としては、3年間コロナウイルス感染に伴い活動が低迷していた中、感染予防を徹底しながら少しでもコミュニケーションがとれる場として、少人数によるカラオケ同好会、紙手紙講習会、屋外でのマレットゴルフなどを定期的に進めております。

更に健康寿命延伸都市の活動の一環として、昨年より百歳体操を毎週月曜日に実施、高齢者を対象に健康維持と老化防止、体力維持を目的とした活動を開催しており、参加者からは足が上がる、痛みが和らぐなどの声が聞こえてきています。

多くの方々が参加され、元気で長生きができ、健康で自立できることを目標に、参加者の皆さん頑張っております。

今後の計画として、公民館活動をさらに活発に行えるように、敬老会・しめ縄づくり、そば打ち体験や、地域の子どもたちとの交流を深める行事を実施し、公民館活動を、より活発に運営出来る場にして行きたいと思っております。

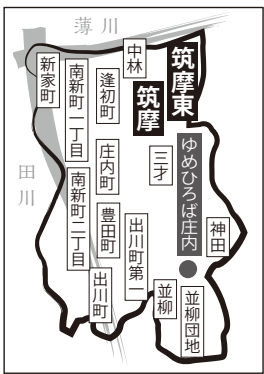
(筑摩町会 町内公民館長 原準一郎)

**筑摩東**

R5.9.1現在  
世帯数:793  
人口:1,420人  
〔男:770人 女:650人〕

### 筑摩東町会の紹介

筑摩東町会は、昭和31年に発足しました。庄内地区の中では13番目の町会で新しい町会になるわけですが、それでも既に67年の歴史を



数えます。

地理的には、庄内地区の北東に位置し、東側は里山辺地区と接しています。

町会の北側を流れる薄川は眺望もよく、堤防道路を走るランナーや河川敷で遊ぶ市民で賑わっています。

昔から続いている様々な活動も多く、町会行事のほか9つの同好会があり、自主的に楽しんでいます。

一方、様々な課題も増えています。町会内はアパートや集合住宅が増え、町会未加入世帯が多いことがあげられます。正確にはわかりませんが、町会加入率は70%程度と思われます。

また、コロナ禍で3年以上活動が休止したことや、高齢化、さらには定年延長等により、町会活動の負担が重く感じられ、参加者や担い手が少なくなっていることもあげられます。

私は町会活動や住民同士のつながりは、災害時にこそ、その力が発揮されると思っています。そのためにも、負担かも知れませんが、ぜひ可能な範囲で町会活動に参加いただき、住民同士の絆を育んでいただきたいと思います。

(筑摩東町会長 土屋雄一)

私は、筑摩東公民館長の宮澤です。2年目となります。1年目は、新型コロナで公民館活動はほぼありませんでした。

今年には新型コロナも収まり、5類感染症となり、公民館活動ができるようになりました。はじめに定期総会が開かれました。お茶会も行いました。皆さんが公民館に集まることは4年ぶりです。次に7月5日に「出前ふれあい健康教室」も行い25名が参加、健康相談・ビデオ・ゲームも行いました。笑いと歓声が響きました。コロナ対策もしましたが楽しいひと時でした。

PTAの皆さんの協力を得て、「ますつかみ取り大会」をあなたがたの森公園内にあるスペースを借りて4年ぶりに行うことができました。幼児から小学生まで、40名が集まってくれました。びしょびしょになりました。皆さんの【ます】を追いかけ、それを撮るお母さんの姿を見て、改めてこうしたふれあいを町会や公民館で行うことが、地域にとって大切だと感じました。今後の活動に活かしたいと思います。

(筑摩東町会 町内公民館長 宮澤健司)