



# ふれー愛



『☆立仏校区ふれあい協議会は、地域の皆さんとともに

暮らしやすいまちづくりを目指して様々な活動をしています☆』

立仏校区ふれあい協議会は今年で14年目を迎えました。

そして、新会長にときめき西2丁目在住の西澤和久氏が就任いたしました。

前会長の鳴海丈支様は10年間の長きにわたり会長職を担っていただき、当協議会の発展にご尽力をいただきました。本当にありがとうございました。心より感謝申し上げます。

新しく就任した西澤会長を中心に協議会会員一同、より一層充実した内容となるように頑張って活動をしてまいります。



## ❖西澤和久会長のメッセージ❖

皆様初めまして、長年にわたり尽力された鳴海前会長から引き継ぎ、立仏校区ふれあい協議会の会長に就任しました西澤和久と申します。

今年は緊急事態宣言を経験し、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、防災訓練等重要な各事業が延期または中止を余儀なくされています。

徐々に平静を取り戻しつつ各事業も進みかけていますが、今後ただ中止にするのではなく、感染防止に考慮し、工夫を凝らし事業を進めてまいります。

さて、8月23日（日）には西区一斉クリーンデーが実施され、コロナ禍においても大勢の皆様に参加していただき、活動出来たことを大変嬉しく思っております。

そして、地域の皆様の元気な様子を拝見し、気分を一新することができました。

鳴海前会長よりバトンを受け取り、微力ではありますが地域の皆様のご提言・ご支援・ご協力をいただきながら、安心して暮らしやすい地域、ここに住みたいという人が増えるような地域を目指して進めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。



鳴海丈支前会長



西澤和久会長



## 《❖西区一斉クリーンデーに参加しました❖》



8月23日（日）自治会ごとに立仏小学校までの通学路を中心に清掃活動が行われました。

今年度この事業が当協議会において、初めての活動となりました。

暑い日でしたが全員がマスクまたは、フェイスシールドを着用し、参加した皆様が積極的に活動してくださり、自治会のリヤカーも活用して学校前のゴミ集積所まで運んでいただくことができました。

汗をかいての作業後に配付された冷たい飲み物は、何よりのごちそうでした。

貴重な日曜日の早朝、ご協力いただいた皆様お疲れ様でした。（13自治会310名参加）





☆健康福祉部会☆

## けんこう 《\* いきいき賢幸教室 \*》



『賢く・幸せで・快適な体作り(お家でできる体操を学びましょう)』

8月28日(金) 今年新型コロナウイルス感染症対策で、広い場所での開催が求められ、黒埼北部公民館を会場に、昨年に引き続き、健康運動指導士の高島愛先生を講師にお迎えして実施しました。

まず2階の和室で15名の参加者は、「体作りは食事から」、「運動は普段の生活の中にある」との講義に耳を傾けました。その後、ロープの下をくぐる運動などの指導を受け、筋肉増強が健康寿命の延伸につながるということで、楽しく健康的に体を動かしました。



☆健康福祉部会☆

## 《\* 出張! どこでも健康教室 \*》

適正体重



9月8日(火) 黒埼北部公民館の講堂を会場に、西区健康福祉課他より4名の講師先生をお迎えして、健康教室を開催しました。

最初に、参加した18名は現在の身体の状態を知り、より健康的な身体づくりのために基礎代謝基準値など、体組成測定を実施し、結果の説明を受けました。

さて、食べすぎや飲みすぎ、運動不足など不健康な生活習慣の積み重ねが、「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」といった生活習慣病の重症化を招きます。

日常において、減塩やバランスの良い食事を心がけ、ストレッチ・筋力トレーニングなど、無理なく体調に合わせて体力づくりを行ってほしいとお話され、終了となりました。



## 《\* 避難所現地検討会 \*》



8月26日(水) 立仏小学校を会場に、「避難所開設」について新潟西区役所健康福祉課佐藤様の司会進行で、避難所開設職員・立仏小学校施設管理者・自治会長・災害時(津波)鍵保管者・当協議会防災部会・西区防災士の皆様など多くの関係者が出席して実施されました。

いつ襲ってくるかわからない自然災害に備え、また、コロナ禍において三密を回避しての会場設営・非接触型の体温計・マスク・消毒液の準備や、体調の悪い方の別室準備や入場の動線など具体的な対応について話し合いが行われました。



確認作業風景

## 《\* クリーンにいがた推進員 \*》



9月2日(水) 新潟市の委託を受け、緑のベストを装着した“クリーンにいがた推進員”の方々が地域の環境美化活動とごみ集積場の確認活動を実施しました。

地域の環境を整えることは、防犯・防災にもつながる大切な活動です。暑い中お疲れさまでした。



編集後記

広報紙「ふれ愛」36号をお届けします。  
今回は新会長のメッセージや、コロナ禍でも頑張っている様子をお届けします。  
今後とも皆様からの情報をお待ちしています。

連絡先: (事務局 鳴海) 090-4062-3747・(広報部会担当 山際) 090-3403-9046



☆広報部会☆

