

ふれ—愛



立仏校区ふれあい協議会は、地域の安心・安全を願って活動をしています!

親子の休日ランチ2 米粉を使った料理を体験

10月3日(土)午前10時から黒埼地区公民館で、親子クッキング《親子の休日ランチ2》が開催されました。

2回目の今回は、米粉料理研究家の田淵展子さんと地元米粉生産者の保刈明子さんを講師に迎え、米粉を使ったパンと季節の野菜カレーを作りました。

この事業は、黒埼地区公民館と共催して「ふれあいキッズプロジェクト」3回シリーズで実施しており、小学生と保護者がいっしょに参加しています。



子どもたちもチャレンジ

次回は12月26日(土)に「稲穂で作るお正月飾り」に挑戦します。



会長のメッセージ

今年も残すところあと数日間となりましたが、皆様はこの一年間いかに過ごされましたか。国においては政権交代、県内ではトキめき新潟国体での両杯の獲得そして甲子園での感動ではないでしょうか。

《安心と安全なまちづくり》

当協議会では念願の「立仏ふなっ子」が七月にオープンし多くの親子さんが遊び、

いやしの広場として利用しています。

せわしい年の瀬ですが、幸多い新年をお迎えられることを祈念いたします。

島田正和

Look!!

12月13日(日)午前中に寺地西団地自治会でもちつき大会がありました。

《寺地西団地もちつき大会》

自治会の山口会長さんと高橋副会長さんのお話では、今年で18回目を数え、参加者は85人とのこと。

部屋の中ほどの「石うす」に《7人衆》と呼ぶつきてが手慣れた技を發揮、また、前日から用意した「けんちゃん汁」も振る舞われました。



味処「2ぼや」も応援しています。(電話:377-0185)

トキめき新潟国体 新体操で優勝！！



新体操で優勝した山口夏苗さん（寺地本村）をお訪ねしました。

夏苗さんは、高校3年生でチームのキャプテンとしてみんなをまとめて今回の栄冠を獲得しました。

新体操は、個人と団体の演技の合計点で争います。したがって、個人の演技も大切で、夏苗さんは「リボン」に出場して1位の成績でした。

練習は2月ころから始め、9月からの上越の合宿生活では学校にも行けず、とても厳しい練習で泣きながらのことも多かったとのこと。

「大会直前の公式練習では、うまくいかずコーチから【喝！】を入れられることもあったが、優勝できて本当にうれしい。」と喜びの笑顔でした。

《お母さんのコメント》小さい頃から新体操をやっています。大会にはいつも応援に行きます。国体では、会場の声援が大きくてたいへん感動しました。

ボート競技に参加して

渡辺はるかさん（高校3年生・寺地西団地）は、津川で行われたボート競技のお手伝いに4日間、宿泊して応援しました。

「朝の5時から準備する日もあったり、一日中、立ちずくめのことも多く、疲れしました。でも、オリンピックに出場した選手の競技を間近でみることで、よかった。」との感想でした。

3B体操で参加

子どものころ、新潟国体のマ스ゲームに参加しましたが、今度は3B体操でトキめき新潟国体に参加でき大感激でした。

きれいな芝の上で、3B体操「ベルまつりだ」を寺地地区の5人のみなさんを含めて500名の規模で踊りました。（中澤章子さん・寺地本村）

トキめき新潟国体（第六十四回国民体育大会）に参加した。前回、昭和三十九年開催のときは、選手の送迎をお手伝いした。四十五年ぶりの今回の国体では、「民謡おどり」での参加であった。

新潟市民謡連盟（会員二六一人）の黒埼地区民謡連盟で参加した三十六名の一人としてである。

《読者投稿》

開会式（九月二十六日）では《さどおけさ》を、閉会式（十月六日）では《新潟甚句》をみなさんとともに披露した。会場までの往復の一万歩も辛かったが、大きな行事に参加した喜びは、出演者しか味わえない貴重な体験であった。

村田 隆太郎さん（寺地）

《立化ふなっ子》

クリスマスあとのしみ会を開く

17組35名のお子さんたちと楽しみました

「立化ふなっ子」は、毎週月曜日に焼酎自治集会所で活動しています。

12月14日は、初めてのイベント「クリスマスあとのしみ会」に取り組みました。立化ふなっ子も7月の開設以来、今回で16回目を開催することができました。

サンタクロースの出演に驚いたお子さんたちも、帰るときにはママとサンタといっしょに記念写真を撮りました。

スタッフが事前準備した《サツマイモとリンゴの手作りお菓子》とケーキ、みなさんとにぎやかにお茶会をしてお祝いしました。

また、音楽にあわせて参加者が大きな輪になってリズム踊りで盛り上げました。楽しかったね！！



西区ニコニコヘルスアップ教室

「立化公民館」で開催 (InBody検査を体験)

「食事バランスガイド」も学ぶ



『自分の体の状態を知り、自分にあった食事と運動をしよう』をテーマにした《ニコニコヘルスアップ教室》が、11月29日(日)午前中、立化公民館で開催されました。

各自治会リーダーの方など15名が参加して《InBody》検査を体験しました。

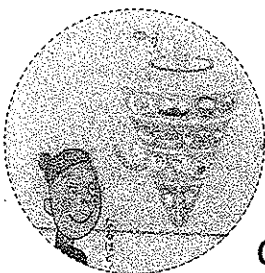
検査方法は、

InBody検査

InBody検査は、体を構成している成分が均衡的なのが、腕と脚はバランス良く発達しているか、体脂肪の多い部位はどこかなどを一目で分かりやすく見せる検査です。

体重計のようなものに乗し、親指を器具に触れ数分静止しているだけです。

ご自分の検査結果に基づき、体成分分析、骨格筋・脂肪など手足や部位別バランスについて保健師さんからアドバイスを受けました。



その後、みなさんといっしょに何をどれだけ食べればよいが簡単にわかる「食事バランスガイド」(図のコマの形をした)の仕組みや畳の上でできる《筋力トレーニング》の実技も体験しました。



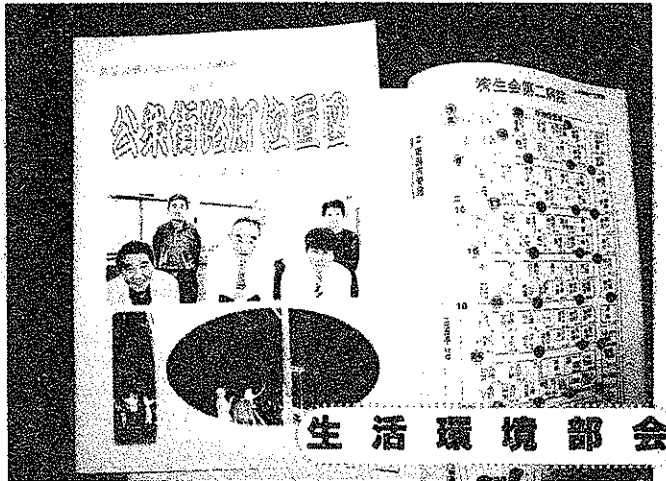
自治会別の

公衆街路灯位置図が完成

生活環境部会では、春と秋の2回「夜間巡視」の事業を毎年度継続して実施しています。

この活動を進める中で、街路灯の位置を図示した資料の必要性が高まり、今年度《公衆街路灯位置図》の作成に取り組み、このたび各自治会の協力を得て完成しました。（写真）

各自治会別地図に地域内の街路灯を番号表示して整理されています。



夜間巡視(防犯灯点検)

今年も秋の地区内夜間巡視を、10月5日と10月26日に実施しました。巡視区域を焼酎、立仏、ときめき、寺地の4地区に分けて点検しました。

高架下トンネル内には、複数人が投棄したと思われる多くの「ごみ」がありました。

なったら困る！認知症

平成21年度の西区黒埼地区健康講座が、12月2日(水)午後、黒埼市民会館一階のホールで開催されました。

第1部は、「防犯落語」で新潟西警察署入山地域課長(三流亭楽々)さんから、楽しいお話しで防犯の心得をお聞きしました。

第2部では、新潟福祉医療カレッジの神田久美子先生から「認知症の予防と理解」～私が、あなたが、地域のみなができること～のお話しがありました。

認知症は「知る事」が大事で運動や食事での予防に心がけ、地域では「声かけ」を、このことでした。

参加したよ

ソフトボール大会

10月18日(日)午前立仏小学校グラウンドで、立仏校区スポーツ振興会と共催で「ソフトボール大会」が行われました。

今年は、4チームに分かれての親善試合を楽しみました。

約35名の内、女性も2名参加され熱心にプレーしました。来年は、若い方からも多く参加いただく大会になるよう期待しています。

教育文化部会

☆☆編集後記☆☆

広報部は、ふれあい協議会の活動をお伝えすることと地域の情報を集めて楽しい話題をお届けしたいと考えています。

地域の行事など計画がありましたら教えてください。(広報部)

連絡先:電話377-7357(事務局)

