

菊の里地区福まちだより

No.
65

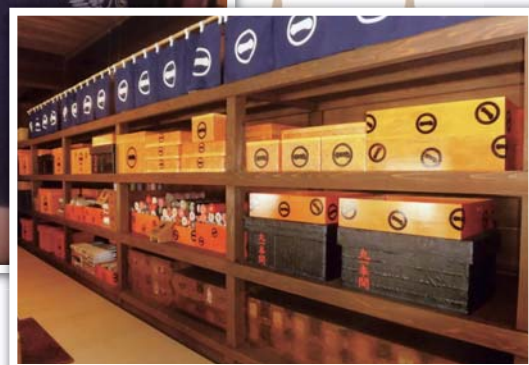
2019年
9月1日発行

福まちとは

地域ぐるみで、お互いに支え合う環境を整え、だれもが安心して暮らせるまちづくりをするために「福祉のまち推進事業」として、地域住民の日常的な支え合い活動、ボランティアによる福祉サービスの推進を事業の基本目標として活動します



8月5日(月) 地区社協主催の研修会で増毛町の重要文化財 旧商家丸一本間家と国稀酒造を見学。古の建物と日本で最北にある酒蔵の説明に聞き入る参加者と、明治の息吹を伝える本間家の呉服店舗の一部。



広報誌「福まちだより」発行回数等の変更について

菊の里まちづくりネットワーク協議会では各種事業の活動状況、地区内の紹介したい事柄や人物、催し物の案内、脳トレクイズなど広い分野の情報をお伝えするため広報誌「福まちだより」を過去17年間に64号発行し、地区内の全世帯に配布してきました。

多くの時間と労力を要する「福まちだより」発行について、6月のスタッフ会議で検討した結果、令和元年度から9月と翌年3月の年2回発行、自前で行っていた印刷、綴じ込み作業等と誌面編集の補正を業者委託としました。

これを踏まえ、この度、「福まちだより第65号」を発行しお配りしましたが、編集やカラフルな誌面をご覧になって皆様のご感想は如何でしょうか。

これからも見やすく読みやすい誌面づくりに努めますので、発行回数などの変更にご理解をいただき引き続きご愛読をよろしくお願い致します。

まちづくりセンターでは
住民票・印鑑証明・戸籍謄本等を交付しています ☎871-2355

わくわくポケット

2019年度の『わくわくポケット』ですが、いつも来てくれるお子様の他、新しい顔ぶれも増えてのスタートとなりました。

7～11月は地区センター改修工事の為、体育館が使用出来ないのので4～6月は電車遊びに鯉のぼり作り、救命救急講習会やストレッチ体操などの身体を動かす行事を中心にしました。

工事期間中は白菊会館での開催となりますが、地域の幼稚園や小学校（きくすいもとまち幼稚園、米里、菊水小学校）でも



水遊びや遊具・おもちゃなど、親子で楽しむことができますので、是非、遊びに来て頂きたいと思います。工事終了後の12月からは、毎年恒例の「クリスマス会」や「ミニ運動会」など、季節の行事を開催の予定です。



「早くクリスマスがきますように」なんて願いごとも…ありましたヨ!

今後の予定 ※詳細は前月配付される「次回のお知らせ」をご覧ください。

日付	9月19日 木	9月27日 金	10月25日 金	11月22日 金	12月20日 金
場所	菊水小学校	白菊会館	白菊会館	白菊会館	地区センター

健康づくりフェスティバル

例年は秋に開催していましたが、今年は7月から地区センターが改修工事に入りましたので、6月25日（火）に開催されました。

今回のメインテーマは、**健腸長寿**でした。

人体最大の免疫器官である腸の長さは大腸1m50cm、小腸は6mあります。

免疫細胞は小腸に6割いるといわれており、ストレス、暴飲暴食、加齢、薬などで悪い菌が増殖し、腸の動きが鈍くなりうんちとしての排泄が、うまくいかなくなります。

便は健康のバロメーター **「うんちは体腸のお便り」**。

腸の調子を整えることが健康長寿につながる大切な事だと感じました。お話もとても分かりやすいと好評でした。その他は、例年通り体力・身体測定をはじめ全身反応で、柔軟性や瞬発力をチェックしたり、パソコンを使つての脳トレで脳年齢を測るブースもありました。マッサージも大勢の方が体験していました。

最後は参加者皆で3B体操に挑戦し、体をほぐして終了となりました。

このフェスティバルが、皆様の健康維持の一端になれば良いと思っております。



今回も大勢の来場者で賑わいました



福まち今後の予定

日付	行事内容	場所
11月1日 金	福まち寄席	白菊会館
2月3日 月	ボランティア研修会	白菊会館

ちよこつと脳トレ

人体の一部を表した漢字です。正しい読み仮名をお答えください。

- ① 胼胝
- ② 疣
- ③ 項
- ④ 旋毛
- ⑤ 臍
- ⑥ 脹脛
- ⑦ 踵
- ⑧ 蟀谷



菊の里連合町内会

総務部

5月18日(土)平成31年度菊の里連合町内会定期総会が開催されました。議長に田中氏を選出し、平成30年度の報告と平成31年度の事業計画、予算等が承認されました。その後行われた合同懇親会には、郡白石区長はじめ多くの来賓の方の出席を頂き盛大に行われました。

10月には、例年沢山の人で賑わう「収穫祭」が行われる予定となっています。

厚生部

9月7日(土)に「菊の里地区パークゴルフ大会」を東米里ゆめ広場で開催いたします。

住民相互の交流と健康増進に努めてまいりましたが、皆様のおかげで、今年は記念すべき第20回の開催となります。賞品もたくさん用意いたしました。長年続けてこられた方も、新たに挑戦する方も、楽しんで頂きたいとおもいます。



今年度の申し込みは8月23日でメ切りました。

社会部

新元号になり自然災害は遠のくかと思われましたが一段と脅威を見せています。

日頃より自分たちの住む地域が自然災害に対してどのようなリスクがあるかを知ることが大切です。公助(行政の支援)を得るまでの3日間程度は自助(自身を守る)共助(地域で守る)が必要になります。その為にも地域で実施される世代交流行事(七夕、盆踊り、餅つき大会、防災訓練、地域のボランティア活動)に参加することにより地域の人達との絆が出来るものと思われます。

防災は他人任せでは出来ません。足元をしっかりと見つめて行動しましょう。

交通防犯部

■2019年 菊の里地区の交通・防犯活動の実施

- ・新児童入学式に交通安全出発式(菊水小学校と米里小学校の玄関前庭)とスクールゾーン等にての児童への交通安全指導
- ・菊の里地区交通安全早朝大型街頭啓発(4月~11月、年10回実施)
- ・ストップ!交通事故死大型街頭啓発と交通安全の集い(9月)
- ・青色回転灯装備車による防犯パトロールの実施

などの交通安全一防犯活動を行っていく予定ですので、皆様のご協力をお願いいたします。

■2019年 菊の里地区交通事故STOP大型街頭啓発を予定

9月25日(水)に、「菊の里地区交通事故STOP大型街頭啓発」を湯めらんど駐車場(菊水元町5条3丁目)にて、午前10時から予定しています。



福祉部

例年行っています連町主催の日帰り温泉(しんしのつ・タップの湯)を7月18日(木)に沢山の参加をいただき行ってきました。パークゴルフ・買い物・温泉・食後のゲームと楽しく皆さんとの交流を図る事が出来ました。ありがとうございました。

又、秋の収穫祭ではご協力の品々を元にフリーマーケットを予定していますので、その折は多くのご協力を宜しくお願い致します。

女性部

10月末には連町主催の収穫祭があり、新鮮な品を集め、おいしいものを食べていただけるようにと腕をふるいたいと計画していますので、どうぞご期待下さい。また11月上旬には、皆様の親睦と健康増進のために第4回のボーリング大会を行う予定です。初めての方も大歓迎ですので、どうぞ挑戦してみてください。景品も沢山用意していますので、お誘い合わせの上ご参加下さい。おまちしています。



東米里町内会の活動

東米里町内会は白陵高校と連携し地域の環境整備に努めています

白陵高校では学校経営の柱の一つに「地域と連携し、ボランティア活動等、地域に貢献する教育活動の推進」を掲げています。そして、この方針のもと、毎年、東米里町内会と連携し環境整備事業を行っています。

今年度は、5月27日に2年次生116名が校舎前花壇と町内花壇の花苗植えを行いました。また、この後、7月22日には3年次生による花壇の除草、9月18日には1年次生によるゴミ拾い及び花壇の後片付けを計画しています。



5月の花苗植え



春の町内清掃

さらに、この他にも、ボランティア生徒による春の町内清掃や交通安全街頭啓発、冬の消火栓除雪、吹奏楽部員による夏の東米里親子盆踊り大会での太鼓打ちなど町内会と連携した事業を数多く行っています。

これからも地域との連携を深め、「地域の高校」として教育活動に取り組んで参りますので、今後ともよろしくをお願いします。



白菊町内会の青少年部

白菊町内会青少年部の活動

青少年部は主に、町内会の少年野球チーム（白菊ファイターズ）の運営と管理をしており、チームとの活動が多くホームグラウンドの草むしりや、町内の資源回収を年3回実施、この活動は20年以上行っています。

又体育の集い「健康ウォーキング」に参加協力したり、他には交通安全の街頭啓発、小学校で行われる、育成委員会主催のドッチボール大会にも参加しています。

これからも町内会の皆様と、青少年の健全育成に努めてまいります。



ちょこっと脳トレ

回答編

①たこ ②いぼ ③うなじ ④つむじ ⑤へそ ⑥ふくらはぎ ⑦かかと ⑧こめかみ

【本誌は赤い羽根共同募金助成金で発行されています】

菊の里地区福祉のまち推進センター
菊の里地区まちづくりネットワーク協議会

〒003-0828 白石区菊水元町8条1丁目(菊の里まちづくりセンター内)

☎011-871-2448 / ☎871-2355

