

ゆりがおか

2020年9月



発行：一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会

連絡先：百合が丘市民センター

TEL 64-6466 FAX 64-6467
E-mail yurigaoka-ko@emachi-nabari.jp

掲示板 <2020年9月> まちの保健室は64-8600

団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
あいさつ運動	登校日	7:50~8:10	百合小校門前
クリーンゆり	27(日)	8:00~	前山公園集合
シネマサロン	9月はお休み		
さわやかサロン	9月はお休み		
お茶べりサロン	9月はお休み		
ユリの木サロン	15(火), 4, 18(金)	14:00~16:00	東第2集会所
東5番町花木の会サロン	9月はお休み		
防災無線通信テスト	6(日)	21:00~	市民センター
百合小こどもクラブ	5(土)	9:30~	市民センター前
みんなの楽しい映画会	9月はお休み		
配食サービス(ゆりの花)	16, 23(水)		市民センター
ルディックウォーキング 講習会	24(木)	10:00~	市民センター前

防災コラム 「暮らしの中の防災・減災」

気象庁から9月も暑い日が続くとの予報が出ています。「熱中症」や「食中毒」にもご注意ください。

さて、「災害はいつ起こるか分からない」とか「災害は忘れた頃にやってくる」とよく言われますが、予測が出来ない災害にどのように備えるのか、と考えると気が重くなりますよね。食料や水の備蓄も7日~10日分となると結構な量です。でも家の中の棚や冷蔵庫の中を確認してみてください。米・パスタ・野菜・果物・お菓子類など、それだけで3日分くらいは有りませんか？冷蔵庫の自動製氷機のタンクの水や氷は飲み水に使えます。いつもどおり食べて「食べたら少し多めに買い足す」、これが「循環備蓄(ローリングストック)」です。このように考えれば日常生活で使っているものプラス不足分だけ用意しておけば災害時でも食べ慣れた食事を摂ることが出来ます。また、寝室や居間には出来るだけ家具を置かないようにすることで地震の際に身を守ることに繋がります。防災・減災を生活習慣に!

今一度、ご家庭に有る食品の確認と家具の配置を見直してはいかがでしょうか。

安全防災防犯委員会

地域の広場・子育てサロン・子育てサークル

団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
Skip 広場	9月はお休み		市民センター
子育てサロン 「つどいの広場」	9月はお休み		東第3集会所
親子サロン	9月はお休み		ふれあいサロンゆこゆこ
育児サークル「キキ・ブチ」	2, 16(水)	10:30~14:00	東第3集会所
育児サークル「こどもとごはん」	18(金)	10:30~14:00	東第3集会所
ブチスマイル	28(月)	10:30~14:00	東第3集会所

地域の話題 シニアクラブ会員募集のご案内

各自治のシニアクラブ(会)は「健康・友愛・奉仕」をモットーに色々な活動をしております。

活動内容は「レクリエーション・バス旅行・グランドゴルフ・ウォーキング・誕生会・講演会等」色々な行事を行っています。活動内容により「絆」を深めることで「明るい地域づくり」の一役にも繋がっています。

(写真は活動の一部です)



シニアクラブの会員を募集しています。ご入会は60歳からできますので、希望される方は下記の「会・クラブ」の会長までご連絡ください。

	地域名	会・クラブ名	会長名	連絡先
1	東1番町	くすのき会	中村 佑一	61-1041
2	東2番町	いきいきクラブ	小松志津子	64-1421
3	東3番町	さくらクラブ	石川 裕三	63-3650
4	東4番町	ユリの木会	谷口 侃	63-8722
5	東5番町	花木木の会	森 恭子	63-8920
6	東6・7番町	銀杏会	北川 知子	51-6259
7	東8番町	楽々会	袖木須美子	64-2868
8	東9番町	ユーカー会	小出 功	64-6159
9	西1番町	楽遊クラブ	橋場 茂	64-9362
10	西2・5番町	いきいき パサージュの会	篠原 敬一	61-1002
11	西3・6番町	山麓会	芦木 忠雄	48-7581
12	西4番町	明悠クラブ	野坂進一郎	63-4589

シニアクラブ連合会 会長 芦木 忠雄

古布(古着)回収再開について

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、古布(古着)の回収が一時停止していましたが、9月より再開されることとなりました。

各家庭2袋までの回収となります。

皆様のご協力をお願い致します。



市民センター
主催

ルディックウォーキング ポールウォーキング 体験講習会のご案内

ルディックウォーキングは、ポールを使うことで全身の筋肉をたくさん刺激します。メタボ予防、ロコモ予防、体力づくり、スタミナアップ、などにとっても効果的です。また、上半身もしっかり使うので、肩や首のコリの解消、肩甲骨の可動域の改善にも有効です。

この地域でもたくさんの方がすでに実践されていますが、1人で始めるには、勇気があるかもしれません。この機会に歩き方の指導を受け、楽しいルディックウォーキングと仲間づくりを始めませんか。

あなたのご参加をお待ちしています。

【日時】9月24日(木) 午前10時00分~11時30分

①初心者 説明の後、体験講習をして一緒に歩きます

②経験者 地域内外を一緒にウォーキングします

【場所】百合が丘市民センター

*初めの方、すでに実践中の方も是非ご参加ください。

*貸出しポールを準備しています。一緒に歩きましょう。

*申込み、参加費は不要です。

*雨天中止

*新型コロナウイルスの感染拡大状況により講習会を中止する場合があります。



昨年の講習会の様子

インボテイ開催のお知らせ

例年は、ロコモ健診をさせていただいておりますが、新型コロナウイルス感染拡大防止のためインボテイ測定(筋肉、脂肪量、体成分分析)のみ実施させていただきます。

【開催日時】10月8日(木) 午前11時00分~12時00分

【場所】ふれあいサロンゆこゆこ

【お申込み】9月中旬に回覧される「ゆこゆこ便り10月号」をご確認ください。

【お問合せ】ふれあいサロンゆこゆこ ☎62-7366

福祉健康部会、まちじゅう元気プロジェクト、ふれあいサロンゆこゆこ

第2回「百合小こどもクラブ」活動報告 コロナ対策、バッチリだよ～！！

8月1日(土)・2日(日)夏の暑さを吹飛ばす笑顔が市民センターに集まりました。

コロナ感染を気遣い、名張市の生涯学習室・百合が丘小学校の校長先生と相談をした上で「百合小こどもクラブ」今回やっと、今年初めての活動を行うことが出来ました。勿論、受付時に検温・手の消毒・マスクチェックを徹底してからのスタートです。



今回のプログラムは、毎年この時期に行っている『1泊2日合宿』の代わりに『飯ごう炊さんとフェイスシールド作り』を行いました。まずは、フェイスシールド作り。100均で買ったパーツを組合せたのですが・・・市販以上の仕上がりに、こども達は大満足。食事中マスク代わりに着用しましたよ(^_^)



飯ごう炊さんはお決まりのカレーライスです。自作のフェイスシールドを付けて食べるカレーライス、食べにくかったけど良い経験になったと思います。食後に、YJCCとJr.サポーターの先輩達の指導でゲーム大会を楽しみました。暑い日でしたが、夕々の活動で参加者全員のストレス解消になったことと思います。



次回の「百合小こどもクラブ」の活動は、9月5日(土)『思いっきり水を使ったゲーム大会』で、残り少ない夏を楽しみたいと思います。

注：今年の活動はコロナ感染予防を重んじ、名張市生涯学習室と百合が丘小学校校長先生にご指示を頂きながら行っています。

「百合小こどもクラブ」コーディネーター 畑 行子

地域の話 『家で、親子で楽しめる絵本のご紹介』

百合が丘小学校・赤目小学校等で読み聞かせ活動を主宰されている、森下スミ子さんより親子で楽しめる絵本をご紹介します。

【作 品】「おうさまのおひっこし」 牡丹靖佳作 福音館書店

優しいけど恥ずかしがり屋の王様と、勘違いしてばかりだけど気のいいお供たち。困っているものがあると何かしてあげたい王様ですが、うまくお供たちに命令できません。新しいお城に引越す道中、困っている動物や人に出会います。心温まる珍道中。絵は、荷物の一つひとつがデザイン性に溢れ、丁寧に描かれています。



【作 品】「シモンのおとしもの」

バーバラ・アクリントック作 福本友美子訳 あすなろ書房

クラシックなレトロ調の絵柄が得意なアメリカの女流作家によるパリの絵さがし絵本です。シモンはお迎えの姉と学校から帰る途中、落とし物ばかりします。丁寧に描き込まれたパリのすてきな風景が楽しめます。またパリの街に紛れ込んでいるシモンの落とし物も見つけてください。シモンと姉の会話も微笑ましいです。



絵本案内人 森下スミ子

YJCC(百合が丘ジュニアキャンプカウンセラー)8月度研修 8/1・2の反省会と野外炊さんでパエリアに挑戦！



8月9日(日)に8月度のYJCC研修が実施されました。いつもの通り集会用テントを立てる実習から始まり、8月1・2日の両日に90名の児童の参加で行われた百合小こどもクラブの野外炊さんカレーライスづくりとフェイスシールド作成のサポートについて高校生の司会進行で反省会を行いました。ことし初めて参加の中学1年のメンバーからも「つついジュニアサポーターが集まってしまった。もっと児童と積極的にかかわらないといけない。」など前向きな意見が多く出ました。その後野外で3種のパエリアづくりに挑戦し、「どれがおいしい?」と話しながら舌鼓を打っていました。



すごい！4人のシニアパワー！ 6mの山桃の木、1時間で見事に剪定完了。

ひだまりガーデンの敷地内に大きく育った山桃の木。毎夏には、毎日掃除に明け暮れるまでの実を落とし回らせています。さらに、大きくなりすぎて電線にかかり剪定の必要性が出たことから、剪定を協議会生活支援ボランティアのユリポパイに作業依頼したところ、盆前の猛暑の午後4名のメンバーが作業を開始しました。

大きな木に登りチェーンソーで、安全を常に確認しながらすっきり剪定完了。

落とした木は、小さく切ってその日のうちに処理致しました。すごいパワーを見せられました。汗びっしょりのユリポパイの皆さん、お疲れ様でした！木の伐採は名張市の許可をもらって実施しました。



剪定前 剪定後

東第2集会所 雨漏り修繕

東第2集会所が築28年になり建物全体が相当傷んできました。

特に、屋根全体が傷んで雨漏りがひどく、毎年どこか雨漏りして業者に修理をしてもらっています。

今年も3か所から雨漏りがして点検してもらった結果、集会所の真ん中に大きな木(28年立った木)が屋根、樋に枯れ葉が落ち、雨漏りの原因になっていました。28年立った木を根元から切断した方が雨漏りも少なくなる為、木の剪定を協議会生活支援ボランティア ユリポパイに作業依頼し、大きな木に登りチェーンソーで安全確認しながらすっきり剪定していただきました。



9月1日、2日に東第2集会所の雨漏り修繕を業者に依頼し、作業していただく事になりました。

歩こう会

(健康づくり部会)

8月の目標達成者

(毎月25日締切)

- 吉田 満津江 様 (西3) 38回
- 森川 三男 様 (東3) 91回
- 安川 和子 様 (西2) 17回
- 齋藤 公太郎 様 (西3) 30回

百合小校区 防犯パトロール隊

<8月度実績>

通常パトロール回 10回

●各巡回とも特に異常なし



地域の安全を見守る協力者
募集中です！

一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 - 8月度理事会の議題の報告 -

8月の理事会の議題を報告します。理事会の議事録は別途自治会内で回覧されます。なお、理事会の参加状況は理事総数24名の内20名出席でした。

【日時】8月8日(土) 午後7時30分～9時10分

【場所】市民センター 多目的ホール

【議題】

《報告事項》

- (1) 東第1集会所改修補助金の申請について
地縁法人百合が丘東西地区自治会、令和3年度の名張市予算として申請
- (2) 「会則等見直し検討特別委員会」の設置について
検討案件に代表理事選任方法検討を含む。9月理事会で委員名を提案し設置
- (3) 市民センター事務員採用のお知らせ
- (4) 百合が丘市民センターテニスコート利用開始
- (5) 各専門部会の活動と予算進捗状況
- (6) 各部会報告
- (7) その他

