

表町コミュニティだより

おもてまち

第31号

2013.3.1

発行：表町コミュニティ推進協議会 [表町コミュニティセンター内]

長岡市中島5丁目7-7 (TEL・FAX 38-0208)

みつけイングリッシュガーデン& 大竹邸記念館探訪

10月26日(金)

SUKE ENGLISH GARDEN



地域部会主催定期行事として、癒しと安らぎのある自然風景観で、花を絶やさず四季折々の表情を見せてくれる「みつけイングリッシュガーデン」と、新潟県景勝百選かつ長岡市文化財に指定されている「大竹邸記念館」を見学しました。

当日は、前日のぐずついた天気に変わり、暖かくて絶好の見学日和となりました。

イングリッシュガーデンでは自由にバラなどの花々を見入り散策し、大竹邸記念館では、明治、大正、昭和にかけて国会議員をした「大竹貫二」の自宅を田中之島町が保存一般公開し、そのガイドさん歴史に触れる話に皆さんは熱心に耳を傾けていました。

この計画は、もう少し少ない参加を見込んでいましたが、写真のような大勢になりました。タクシーを2台も増車しました。

来年も皆さんに喜ばれるよう計画したいと思います。

生活習慣病予防講座

平成24年10月23日(火)

「2人に1人ががんになり、3人に1人がんで命を落とす時代：皆さんはどんなことに気を付けて生活されていますか。」

大人気の長岡中央総合病院富所先生をお招きし、自分と家族の命の健康を守るための方法についてお話いただきました。昼からの講座でしたが先生のお話が大変上手で、また随所で笑いも誘い、生活の参考になることが多く、皆最後まで熱心に傾聴しておりました。



ミッキーキッズ

毎月第2第4木曜日に未就園児を対象に活動しているサークルです。

表町コミュニティセンターで自由遊びや季節ごとのイベント、外部から講師をお招きして楽しく活動しています。

今年度は、東山ファミリーランドへの遠足や消防署の見学に行ってきました。お友達を随時募集しています。ぜひ見学に来てください。



麻雀大会

平成25年1月25日(金)

キッズハロウィン



子どもの健全育成学習会

平成24年11月13日(火)

長岡人権擁護委員協議会の支援のもとに、子どもの健全育成を目指し、子ども間での加害者・被害者を生まないため、子ども間での行動と対応の仕方を主題に家庭や地域での取り組み方などを学習しました。
最後は「おおらかに おおらかに」のプリントを配布。



地域交流会

平成24年12月13日(木)

今年度は会場を高齢者センターしなのからけさじろに移し、前回同様集ふれあい、楽しく交流することを目的として地域の皆様を募り、交流会を開催しました。
今回は、新潟県消費者協会のアゼリアの皆様から出前講座「だまされて悪質商法」として、寸劇、ビデオ、手品などで大いに笑いを誘い、楽しい講座を披露していただき、その他に入浴や健康体操、楽しくはり絵アートを楽しみ、参加された皆さんに喜ばれ有意義な1日を過ごすことができたのではないかと思います。



親子スケートの集い

平成24年12月16日(日)

一昨年に続き、要望があったことから育成部会事業として、スケートの集いを柏崎のアクアパークにて開催する運びとなりました。

スキーとは大いに勝手が違うらしく専門の指導を受けながらも悪戦苦闘の連続のようでした。

怪我もなく、親子共に元気に1日をすごすことができたのがなによりでした。



児童館年末茶会

平成24年12月26日(水)

地域の茶道家石丸先生のご指導のもと子どもたちが冬休みに入る前のひと時の「お茶会」でした。

児童館の子どもたちの作法を教わる真剣な顔が印象的でした。年末を締めくくり、良い新年を迎えたことでしょう。



押し花教室

今年度は10月から4回 Rondローズの外山明美先生をお招きして押し花教室を開催しました。

フォトフレームやクリスマスリース、お正月飾りを素敵に作りあげました。

教室の後半のティー

タイムでは、作品を囲んでおしゃべりに花が咲きました。



3年間あったこと

わたしは、3年間先ばいの言うことを聞いたり先生の話を知りたりしてました。

一年生の時は、おこられたけれど、じよじよに、先生の話を知りようになつてきました。

これから、学年が上にいき、おとなになつてくるから、わがまを言うのをやめようね。

先ばいの言うことを聞いて、3年間2年間1年間すこそね。

さいしよはおこられても、次から、直せば、もう、おこられないよ。

年上は、下の子たちの、言うことも、聞いてあげてね。

また、じどうかんにくる子たちとも仲よくしようね。

じどうかんに、3年間いてあまり3年いるとは思わないうちに、3年たったよ。

じどうかんにいるときは、みんなと遊んでうれしかったよ。ありがとう。

三年生 宮入麻緒

児童クラブを終了する 子どもたちからのメッセージ

先生方へ

わたしは、一年生から三年生まで児童クラブでいろいろなことを教えてもらった。遊んだりしてすごしました。

三年間ありがとうございました。児童館は、楽しかったです。

児童クラブをそつ業するのは、さみしいけれど、今まで知らなかった人たちと出会えてとてもうれしかったです。また遊びに行きたいです。

これから三年生、

二年生になるみんなへ

春からは、新しい一年生が入るから、自分だけがまを言わないで、新一年生のいけんも聞いてこうどうしてね。みんなで楽しくすこせするように、がんばってがんばろう。

三年生は、これからはみんなのリーダーになるよ。がんばってね！

年下のみんなは、年上や先生方の言うことを聞いて仲良く遊ぼうね。みんな応援しているよ。

新一年生へ

にゅうがくおめでとう。

がっこうやじどうかんでは、いろいろなぎょうじや、べんきようがあるのでたのしいよ。

たくさんのおともだちや、おにいさん、おねえさん、せんせい、いろいろな人たちとなかよくなれるよ。

もし、わからないことがあったら、なんでもきいてみよう。

じどうかんであえたらあそぼうね。体育教室、お茶会、紙しばい、工作、ケーキ作り、一りん車、おもいでいっぱい。ありがとうございました。

三年生 伊部紫月



介護予防で活き活きと

介護予防が必要になった原因は、何だと思えますか？心身の変化は「年だから…」ではないのです。実は、骨折・転倒、関節疾患、脳卒中、認知症などが原因の半分以上を占めています。これは健康づくりに取り込むことで悪化を防止できることがほとんどなのです。

「ごはんを食べたい」「トイレに行きたい」「お風呂に入りたい」いつまでも自分らしく生活していきたいですね。元気なうちから、健康作りに取り組んでみませんか？自宅で作れる介護予防を少し紹介します。

①体をつくる↓かかとの上げ下げや片足立ち。血圧の急な上昇を防ぐため、ゆっくりとしたリズムでおこなう。

②頭を使う↓二日前の日記をつけて記憶を思い出す。料理では新しい料理を考えたり何品か

を同時に作っているいろんな所に注意を向ける。

③お口を元気に↓食べる！しゃべる！笑う！

④こころを元気に↓悩みを相談できる人や場所を見つける。日常生活の中でうれしかったことなど一日一個小さな幸せに目を向けて見る。花がきれいだった、近所の人と挨拶した、など、小さな幸せは意外と日常生活にあるものですよね。

地域包括支援センターでは、長岡市の介護予防教室の紹介もしています。春から休日も頭も口も動かしていきませんか？

相談員 河崎和美さん寄稿
(問い合わせ先)
長岡市包括支援センターなかしま

電話 30-1121



平成24年度 共同募金のお礼

地区の皆様からの温かいご協力にありがとうございます。
また、募金活動にご協力くださいました各町内会長、関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

※赤い羽根共同募金
・戸別募金 554,081円
・企業、大口 231,000円
※歳末助け合い募金 318,055円

スポーツ大会の結果

○表町剣士会 剣道大会で優勝
第14回 潮風旗争奪柏崎剣道大会 中学生団体の部



地域交流 スポーツ大会結果

○ソフトバレーボール
1月27日 於…中之島体育館
予選2敗 順位決定戦10位



○綱引き
2月11日 於…三島体育センター
3位

○インディアカ
2月11日 於…北部体育館
CグループからBグループへ昇格

○バドミントン
2月17日 於…みしま体育館
4位、3月3日アオーレで準決勝・決勝

