

すずがみね

[発行] 鈴が峰地区社会福祉協議会
 広報紙編集委員会
 TEL & FAX 209-0331
 Email suzugamine-shakyo@nifty.com

鈴が峰町 この一年



作尾上育子さん

今年もあと僅かとなりました。
 この一年、世界は内戦やテロ行為が収まる気配を見せません。
 国内を見ると政治のバタバタ・自然災害、残虐な事件が毎日報道されました。
 自分と同じように他者を思いやる心。問われているのは、そんな小さなことなのかもしれません。
 わが街鈴が峰のこの一年はすっかり恒例となった三行事のどんどまつり、夏まつり、敬老お祝いのつどい。新しい取り組みとして「おひさまネット」・「がん体験者のつどい」のスタート、「オレン

ジカフェ」の後援があります。
 すっかり定着したふれあいサロン、いきいきサロン、三世交代児童館まつり・クリスマス会、パトロール活動、清掃活動など絆を深め支え合い協力し合う地域づくりが広がっているように感じます。
 その全てにボランティアの方々の応援があり、楽しんで参加される多くの人があります。
 いいね すずがみね いいな 鈴が峰
 と心から思える街を目指して、来年を良い年にするために皆様の積極的な地域参加をお願いします。
 どうぞ良いお年をお迎えください。

2018 すずがみね **予告**

とんどまつり

お正月のお飾りやしめ飾りを持って来て下さいね!

日時: 1月14日(日) 11:00~ (小雨決行)
 場所: 鈴が峰小学校校庭

主催: 鈴が峰地区社会福祉協議会

振る舞いもあるよ!

- ・ぜんざい(先着 400名)
- ・あまざけ(先着 200名)
- ・竹酒
- ・つきたての餅

ピンゴゲームの後に

- ・焼いも
- ・うどんは有料です

「わがまち鈴が峰で元気に生きよう!」講座

今日で解決! 睡眠(特)情報

~健康の秘訣は質の良い睡眠~

11月25日(土)鈴が峰会館でのいきいきサロンは、70人以上の人が集まり講師の滝本桃子さん(睡眠健康指導士)による睡眠についてのお話でした。
 睡眠にはレム睡眠(浅い眠り=体の休息)とノンレム睡眠(深い眠り=脳の休息)があります。学習効果を上げるにはレム睡眠の十分な確保が必要とのこと。一方ノンレム睡眠時には筋肉・肌の修復、病気への抵抗力、疲労回復が行われ、特に大切なのは眠りについてから3時間でこの間に脳にたまったゴミ(アミロイドベータ)が除去され、アルツハイマー型認知症の発症を減らす効果もあるそうです。
 質の良い睡眠の秘訣は朝太陽の光を受け、日中はしっかり活動しお昼寝は30分以内で夕方のはげまはさけることとのことでした。
 サロン後半は鈴が峰名物「押し寿司」と「とり団子汁」を楽しくいただきお正月に向けて「寿・折り鶴」に挑戦しました。大森昌子さん(グリーンタウン)に教えていただき、少し助けもありましたが皆さん2羽の折り鶴を完成させることが出来ました。お正月のお飾りになるといいですね。

ふれあいサロンのお誘い (きっと何かに出会えるはずです)
 鈴が峰社会福祉協議会では住み慣れた地域でいきいきとした生活、楽しい時を過ごすため趣味やスポーツを通して仲間づくりの場としてふれあいサロンを行っています。みなさんお気軽にご参加ください。

折り紙教室 毎月第1火曜日 10:00~12:00 担当者 川 場所 鈴が峰会館	囲碁・将棋サロン 毎週火・木・土・日 13:00~16:00 代表者 松井 場所 鈴が峰会館	大きな声で歌う会 毎月第1月曜日 10:30~12:00 担当者 中島 場所 鈴が峰会館	麻雀教室 毎週 月曜日 13:00~16:00 担当者 藤井 場所 鈴が峰会館	いきいき体操 毎月第2・4金曜日 10:30~11:30 担当者 岡本 場所 鈴が峰会館	
みどりの会 毎月第2土曜日 16:00~17:00 代表者 佐藤 会館前の公園清掃	子育て広場 毎月第3月曜日 9:30~11:30 代表者 小口 場所 鈴が峰会館	カラオケ愛好会(年輪会) 毎月第1木・第3金曜日 10:00~12:00 代表者 扇元 場所 鈴が峰会館	ピンポン教室 毎月第2・4火曜日 10:00~12:00 担当者 梶ヶ野 場所 児童館	どんぐりウォーク 毎月第4木曜日 代表者 兼重 場所時間はその都度	

*お問い合わせ先 鈴が峰会館(金曜日午前中) 電話 209-0331
 社会福祉協議会 梅崎千鶴子 電話 277-9220

体協だより 町民グラウンドゴルフ大会

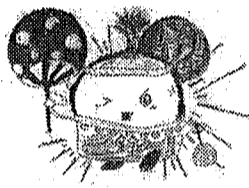
平成 29 年 11 月 26 日(日)参加者 90 名、集計係 2 名、炊き出し係 2 名の協力により平成 29 年度、鈴が峰町民グラウンドゴルフ大会が開催されました。
曇り空のもと、楽しく親睦を深める事が出来ました。成績結果は次のとおりです、大勢の町民の方の参加有難うございました。 鈴が峰学区体育協会体協 広兼



- | | |
|-----------------------|-----------------|
| 団体の部 | 個人の部 |
| 優勝 ガーデンAチーム(兼重、宮本、佐崎) | 優勝 徳元敏彦さん(第二) |
| 二位 ガーデンCチーム(汐濱、山田、高島) | 二位 宮本勝義さん(ガーデン) |
| 三位 ガーデンBチーム(田口、浜、福井) | 三位、山田秋登さん(ガーデン) |

小学校だより 「子どもまつり開催」

先月 11 日(土)に鈴が峰小学校にて子どもまつりが行われました。今年はずいぶりにグラウンドでの開催となりました。
天候には恵まれましたが、想定外の強風が吹き、テントの天幕を急遽外すためにドタバタしてしまいました。
しかしながら、グラウンドで元気に走り回る子どもたちの姿を見ることができスローガンにあるようにたくさんの笑顔があつまったのではないかと思います。また、出店にご協力いただいた地域の皆様、本当にありがとうございました。
(鈴が峰小学校 PTA)



「わがまち鈴が峰で元気に生きよう！」講座(予告)

音楽を楽しむ会

三味線の音色と歌を楽しもう!

～伝統の楽器が奏でる日本のお正月～

講師：民謡三味線奏者
藤本 喜祐也氏



♪コーヒータイム♪

～素敵なカップで美味しいコーヒーを～
みんなで楽しく歌いましょう

日時：1月27日(土) 対象者：どなたでも
11:00～13:00
場所：鈴が峰会館 会費：300円

【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

主催：鈴が峰地区社会福祉協議会
井口台・井口地域包括支援センター

公衆衛生募金協力にお礼

平成 29 年度公衆衛生募金内訳

自治会名	募金額(円)
グリーンウツ	13,800
第4住宅	17,700
ガーデンウツ	13,300
市営南1・2	5,000
市営南4	4,800
第1公園	9,300
西部住宅	5,500
第2住宅	32,600
第3住宅	5,400
ビューム	13,700
市営東住宅	9,750
市街地住宅	10,200
鈴が峰台住宅	10,000
市営中住宅	5,000
市営西住宅	10,000
合計	166,050

(29.4.1～29.9.30 まで受付分)
日頃から公衆衛生募金にご協力頂き大変ありがとうございます

平成 29 年度 敬老お祝いのつどい会計報告

収入	
項目	決算額
社協事業費	500,000
参加費	148,000
合計(A)	648,000
支出	
項目	決算額
長寿者会食代	315,000
役員・来賓会食代	180,000
粗品代	15,876
出演者費用	12,200
お手紙代	10,000
雑費	58,089
合計(B)	591,165

差引残高(A-B) 56,835

上記残高を一般会計に返戻致します。

会計監査 河野令二・広兼司
会 計 元宗景美

自治会だより

第2住宅自治会の秋祭り

「繋がるDaini」をスローガンに今年も11月12日(日)に第2住宅最大のイベントの「秋祭り」が行われました。

勇壮な和太鼓の演奏で開幕、催物も飲食コーナー・野菜販売コーナー等と盛りだくさん。遅まきながら高齢者を招待してお祝い、社協の「おやじバンド」の軽快な演奏を聞きながら久しぶりの楽しいコミュニケーションの場になった一日でした。



「すずがみねウォークラリー大会」参加者募集

新年の「ふるさと鈴が峰」を歩くウォークラリー大会を開催します。とんど祭りの朝に開催。健康づくり、歩き初め、家族ウォーキングなど、多くの方の参加をお待ちしています。

(すずがみねボランティア・ワークス)
日時 平成30年1月14日(日)
9時 小学校集合
コース 小学校が発発・帰着の町内コース
参加費 無料。年齢不問。ささやかですが参加賞・入賞チーム副賞があります。

申込み 12月22日(金)※必着。
応募用紙(各戸配付)必要事項記入して鈴が峰会館の郵便ポストへ投函してね!

どんぐりウォーク 師走最後のウォークです。恒例の「鈴ヶ峰」山に登ります。1年の決算です。
日時：12月28日(木) 10:00
集合場所：鈴が峰会館
目的地：鈴ヶ峰
携行品：帽子、タオル、手袋、飲み物

訃報

「みどりの会」会長 水嶋信義さん(第二住宅)が十一月末にお亡くなりになりました。公園清掃・花壇整備や、太田川・平和公園の清掃への参加など長年に渡る活動に敬意を表し心よりご冥福をお祈り致します。

がん体験者のつどい

楽しいおしゃべり会です 一人でも悩んでいないで気軽に参加・相談する場です
日時：1月10日(水)13:00～16:00 対象者：女性に限りです
場所：鈴が峰会館2階 参加費：100円
とまれ代表：佐々木 佐久子
問合せ先：鈴が峰会館(金曜日午前中) ☎209-0331
鈴が峰地区社会福祉協議会

「井口台中学校 同窓会(1999年卒業)のお知らせ」

年明け1月2日(火)の15時から21時まで。鈴が峰会館にて第3回目となります。井口台中学校 新年同窓会(1999年卒業=1983年4月～1984年3月生まれ)を開催いたします。各自飲み物や食べ物を持ち寄って頂く形式で会費はとりません。お子様連れもどうぞ遠慮なく。お好きな時間帯に、どうぞふるってご参加ください。よろしくお願い致します!

幹事：川上剛(鈴が峰)・兼子雄治(井口台)

オレンジカフェすずがみね

(認知症カフェ)
毎月第3土曜日 13:00～16:00
第7回 1月20日…新年を祝う
参加費 お一人様100円
会場 力田病院1階ロビー
082-277-2101(田中)