



くわがた通信



VOL. 70
2017.12.

手稲区 富丘西宮の沢まちづくりセンター

〒006-0012 札幌市手稲区富丘2条2丁目1-1 (Tel. 685-4745 Fax. 685-0376)

～体育の日の健康づくり～

「中の川桜づつみを歩こう会」

10月9日(月・祝)午前10時から、富丘西宮の沢まちづくり協議会の主催により、今年で19回目となる「中の川桜づつみを歩こう会」が行われました。

当日は、絶好のウォーキング日和で、スタート地点の富丘西宮の沢会館裏の「中の川緑地」に約340人が集まりました。

開会式では、手稲区ラジオ体操連盟富丘支部の皆さんのリードによるラジオ体操



で体をほぐしてから、ウォーキングのスタートです。コースは、中の川の遊歩道を進み、富丘東公園で折り返し、同会館駐車場までの約3キロメートル。参加した皆さんは、それぞれの体力に合わせたペースで、心地よい汗をかきながらウォーキングを楽しみました。

会館内では、健康づくりボランティアと手稲区保健福祉部の保健師さんによる体力測定と健康相談が行われ、握力や垂直跳びなどにより自分の体力を確認することで、健康づくりに役立ててもらうほか、血圧測定や筋肉量、体内年齢などがわかる体組成測定も行われました。



富丘連合町内会「舞踊・民謡とカラオケの集い」

10月28日(土)午後1時から、富丘連合町内会の主催により、今年で18回目となる「舞踊・民謡とカラオケの集い」が開催されました。

会場となった富丘西宮の沢会館では、同連合町内会の19の町内会・自治会からエントリーした22人がカラオケや舞踊を披露しました。



会場に集まった約140人の皆さんは出演者に熱烈な声援を送り、中には、歌に合わせて踊って応援する方もいて、会場は熱気に包まれ、富丘地区の連帯感はさらに高まりました。

～子どもとお年寄りの交流～ 福まち「異世代交流会」

10月21日（土）午前10時30分から、富丘西宮の沢地区福祉のまち推進センター（福まち）が主催する「異世代交流会」が開催されました。

この交流会は、70歳以上の一人暮らしのお年寄りを対象に、子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごしてもらおうというもので毎年開催しています。

当日は、会場の富丘西宮の沢会館に、富丘児童会館と西宮の沢児童会館の小学生とお年寄り約60名が集まりました。



まずは、子ども

たちによる発表会です。この日のために練習してきたハンドベル、皿まわし、人形劇、エアロビクスなど、どれも素晴らしいパフォーマンスで、お年寄りたちからは大きな拍手が送られていました。

そして、みんなで食事を楽しみ、和気あいあいの雰囲気の中で、テーブル対抗のじゃんけんゲームで盛り上がり、子どもたちとお年寄りたちが一緒に楽しいひとときを過ごしました。

～これで痛みが消える～

「医療講演会」

11月29日（水）午後2時から、富丘西宮の沢まちづくり協議会の主催による健康づくり事業「医療講演会」が開催されました。今回は、医療法人秀友会札幌秀友会病院副院長の白崎修一（しらさき・しゅういち）先生をお招きして、「これで痛みが消える」をテーマに講演いただきました。「痛み」の理由やその目的のほか、刺激や炎症による「痛み」と神経の「痛み」、急性痛や慢性痛といった「痛み」の種類、そして、帯状疱疹後神経痛の治療として、さまざまな鎮痛方法などについて、とてもわかりやすく教えていただきました。



～不法投棄のないさわやかなまち並づくり～

11月13日（月）午前10時に開催された富丘西宮の沢連合町内会連絡協議会が主催する「研修会」の冒頭、「不法投棄のないさわやかなまち並づくり事業」の一環として、不法投棄防止のため、河川敷など不法投棄されそうな場所で、花を植えたプランターの設置と管理や、清掃活動、パトロールの実施など地域の環境美化に積極的に取り組んでいる町内会や自治会を表彰しました。



今年は、最優秀賞に富丘三樽別町内会、優秀賞に富丘東四町内会、富丘東六町内会、富丘高台団地自治会及び追分町内会が受賞されました。

■富丘西宮の沢地区の出来事は、まちづくりセンターのホームページでもご覧いただけます■

http://www.city.sapporo.jp/teine/machi_center/tominishi/index.html