



くわがた通信



VOL. 80
2019.12

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)

～子どもとお年寄りが交流～ 福まち「異世代交流会」



10月5日(土)、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、普段触れ合う機会の少ない子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごしてもらうことを目的に、毎年開催されています。

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など約70人が集まりました。

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皿回しやダンスなどが披露され、お年寄りたちからは大きな拍手が贈られました。

その後、皆で食事や折り紙、じゃんけんゲームを楽しむなど、すっかり仲良くなり、和気あいあいの雰囲気の中、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。



～ウォーキングで健康な体づくり～ 中の川桜つつみを歩こう会

10月14日(月)、富丘西宮の沢まちづくり協議会の主催で「中の川桜つつみを歩こう会」が行われ、約270人の地域住民が、木々の葉が色づく中の川沿いをウォーキングしました。

これは、地域住民のふれあい交流と健康増進を目的に、毎年「体育の日」に合わせて行われており、今年で21回目。

この日はまず、富丘西宮の沢会館裏手の中の川緑地で開会式があり、富丘西宮の沢まちづくり協議会の武田泰明会長が「今日は周りの方と話しながら、楽しく歩きましょう」とあいさつしました。

続いて、手稲区ラジオ体操連盟富丘支部のメンバーの指導で入念に準備運動をした後、ウォーキングを開始しました。



参加者は、中の川沿いの遊歩道を列になって進み、富丘東公園で折り返し、ゴールの富丘西宮の沢会館まで、約 2.5 キロメートルのコースをゆっくりとしたペースで歩きました。参加者は一緒に歩く仲間たちと談笑したり、秋の気配漂う手稲山の景色を遠くに眺めたりしながら、思い思いに楽しんでいる様子でした。

ゴール後には、同会館内で地区の健康づくりリーダーや区の保健師らによる体力測定が開催され、長座体前屈や垂直跳び、健康相談などが行われました。

～歌声広がる～ **富丘連合町内会「舞踊・民謡とカラオケの集い」**



10月26日（土）、富丘連合町内会の主催により、今年で20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、同連合町内会の18の町内会・自治会から出演した21人がカラオケを披露し、会場に集まった約120人の皆さんから盛んな声援を受けたり、歌に合わせたダンスで応援されたりするなど、楽しいひと時を過ごしながら地域の絆を深めていました。最後に、出演者から選ばれた特別賞1人の方に、武田連合町内会長から賞品が手渡され、大盛況のうちに閉幕しました。



～不法投棄のないさわやかなまち並みづくり事業～ **優秀団体表彰**

11月8日（月）、富丘西宮の沢連合町内会連絡協議会が主催する研修会での冒頭で、「不法投棄のないさわやかなまち並みづくり事業」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、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優秀団体の表彰があり、今年は、最優秀賞に富丘東六町内会、優秀賞に富丘西一町内会、優良賞に富丘東一町内会、サニータウン富丘自治会、宮の沢団地自治会が選ばれました。



～健康食品とサプリメントの正しい使い方～ **医療講演会**

11月11日（月）、富丘西宮の沢まちづくり協議会の主催により、健康づくり事業「医療講演会」が開催されました。

今回は、札幌薬剤師会の佐藤秀希氏をお招きして、健康食品とサプリメントの正しい使い方をテーマに講演していただきました。講演の中で、講師は「普段の生活をより元気に、快適にするためには、健康食品やサプリメントに頼るのではなく、普段の生活を見直し、栄養・運動・休息を基本として、足りないものを補う程度に使うことが大切です」などと説明。約50人の参加者は、メモをとったり、疑問点を講師に質問したりするなどして、熱心に聞き入っていました。

