

# ゆりがおか

## 2019年1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 <2019年1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)	8:30~	前山公園集合
シネマサロン	25(金)	13:30~	西第2集会所
さわやかサロン	17(木)	10:00~	東第3集会所
お茶べりサロン	14(月)	10:30~	西第2集会所
ユリの木サロン	8,15,22(水)	14:00~16:00	東第2集会所
東5番町サロン	7,21(月)	9:30~11:50	東第2集会所
防災無線通信テスト	6(日)	21:00~	市民センター
百合小子どもクラブ	12(土)	9:30~11:30	市民センター
みんなのこども映画会	26(土)	10:00~11:15	市民センター
配食サービス(ゆりの木)	9,16,23,30(水)		
ルディックウォーキング 歩こう会	1月はお休み		

### 《新年のご挨拶》

明けましておめでとうございます。

新年いかがお過ごしですか。

昨年の尋常じゃない暑さ。頻繁に発生する台風。「地球温暖化」本当に大丈夫なのでしょうか。

自分事ですが、昨年10月で70歳になりました。いよいよ高齢化社会に仲間入りしたはずなのに、こだわらないで認めればいいのになぜか素直になれないのですね。ご同輩の皆さんもどうですか。

さて、今年はいよいよ「まちじゅう元気!!」の取り組みを、当協議会として本格的に進める年です。高齢者も、現役子育て世代も、子どもたちみんなが安心・安全・元気に暮らせる街づくり。住んで良かったと実感できる街づくりを一緒に取り組んでまいります。

また、同時に今年は展望ある街づくりを進める「都市計画決定、告示」による「地区計画」を発動する年でもあります。

皆様のより一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。まして新年のごあいさつとさせていただきます。

一般社団法人 青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会  
代表理事 木寺正仁

### 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	8(火)	10:00~12:00	市民センター
子育てサロン 「つどいの広場」	11,25(金)	10:00~14:00	東第3集会所
親子サロン	11,25(金)	10:00~11:30	ふれあいサロンゆこゆこ
育児サークル「キキ・ブチ」	9,23(水)	10:30~16:00	東第3集会所
育児サークル「こどもとごはん」	18(金)	10:00~14:00	東第3集会所
ブチスマイル	7(月),24(木)	10:30~13:30	東第3集会所

### 《コミュニティ部会 部会長ご挨拶》

新年明けましておめでとうございます。

旧年中は当協議会の活動にご理解とご協力を賜りまして、誠にありがとうございました。

全国的な少子高齢化の波は確実に当地域にも押し寄せています。将来を託す子供たちの健全な育成、高齢者による高齢者の介護、大規模自然災害への備えなど、解決すべき課題は多種多様な範囲に及んでいます。ゆりバスやユリポパイ、配食サービスなど、既に着手しているサービスもありますが、まだまだ十分とは言えません。これらの課題を解決し、子育て世代や高齢者や障害のある方々に安心・安全で将来に希望が持てるまちづくりに向けて、各自治会の皆様のご意見とご協力をいただき、一歩ずつ前進したいと考えております。

最後になりましたが、皆様にとって幸多い年になりますよう祈願し、年始のご挨拶とさせていただきます。

一般社団法人 青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会  
コミュニティ部会 部会長 田中 幹夫

### 名張市ケンコー！マイレージ対象事業 (1月~2月地域開催分)

- ・1月4日(金)百合が丘市民センター「餅つき大会」
  - ・1月13日(日)百合が丘どんど焼き
  - ・2月2日(土)百合小子どもクラブ「70m巻きすしチャレンジ」のサポーター
  - ・(継続参加)朝のラジオ体操(ゆこゆこ)
  - ・(継続参加)スクエアステップ(ゆこゆこ)
  - ・(継続参加)青春よくバリ体操(ゆこゆこ)
  - ・(継続参加)歩こう会(市民センターで達成記録カード発行)
- ※「名張市健康づくりポイント制度」とは、日々の健康行動や健康増進につながる地域づくりの取組やイベント参加等にポイント(マイレージ)を付与・還付する仕組みです。

### 「みんなのこども映画会」開催のお知らせ

【日時】 2019年1月26日(土) 10:00~11:15

【場所】 百合が丘市民センター・小会議室

【作品】 『猫の恩返し』 シブリ映画 上映時間75分

17才のハルが、猫の国を訪ねて、「猫」になろうとした物語。

「猫の国」それは、時間の止まった国。自分の時間を生きられない者が行くところ。一日中ゴロゴロして、美味しいものを食べて、お昼寝をして、嫌なことを全部忘れて…『猫になってもいいんじゃない?』そんなハルの不思議な世界をお楽しみ下さい。

ご家族・ご近所お誘いのうえ、是非ご参加下さい。

お待ちしております。

※都合により、上映内容が変更になる場合があります。

教育・文化部会

### 広報編集部より新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。昨年は皆様のご協力をいただき、毎月広報誌「ゆりがおか」を発行することができました。

2019年も引き続きわかりやすい広報誌の発行をしていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

自治会のイベント等がありましたら、広報誌への投稿をおねがいします。記事等のお問合せは百合が丘市民センター(☎64-6466)まで。

### 《まちじゅう元気！プロジェクト》の活動に期待！

健康寿命100歳！まちじゅう元気！を目指す地域づくり組織と関係団体が、福祉健康部会をまとめ役に連携して組織的、継続的、効果的にその目的を達成しようと集まり活動しています。年度初めに年間計画を作成し、毎月の連携会議で主催団体から提出される計画案について、工夫改善意見を交し各団体が協力体制を組んで推進しています。

2019年も、まちじゅう元気が実感できるようさらに充実活動をして参ります。期待とご協力を宜しく願います。

《まちじゅう元気！プロジェクト参加団体》福祉健康部会/民生児童委員/まちの保健室/ふれあいサロンゆこゆこ/青春クラブ(名張市まちじゅう元気リーダー)/百合が丘シニアクラブ連合会/百合が丘市民センター/名張市社会福祉協議会/名張市健康・子育て支援室

福祉健康部会長 吉田 幸子

### 大募集！地域を守る消防団、大学生も女性も参加できます 消防団には、地域の皆さんの力が必要です！

消防団員は、各自の職業を持ちながら「自分のまちは自分たちで守る」という郷土愛護の精神に基づき消防防災活動を行う権限と責任を有する非常勤特別職の地方公務員です。現在、減少傾向にある消防団員ですが、大災害が頻発する中で地域防災の要として消防団が必要とされています。

お問い合わせは、市民センターまでご連絡ください。  
☎64-6466



11月17日(土)名張市総合防災訓練の消火訓練の様子

百合小こどもクラブ第10回活動報告

“お餅つきと豚汁大会”

12月1日(土) 恒例行事[お餅つきと豚汁大会]を行いました。当日は12月とは思えないほど暖かい日に恵まれ、お餅をついていると汗ばむくらいでした。

「こどもクラブ」のお餅つきは今年で9回目です。サポーターさん達も段取りよくお手伝いをして下さるので、お餅をつくり・丸める子の指導もバッチリです。つき立てのお餅をきな粉餅にしたり、豚汁の中に入れてたりして、美味しく頂きました。

朝の10時、さっき朝ご飯を食べたばかりなのに…お餅は別腹? こども達の中には、「きな粉餅9個食べたよ〜♪」とか「豚汁5杯もおかわりした〜♪」と恐るべき食欲!!

お腹が痛くならなかったら、たくさん食べてもOKだよ〜♪

喜んでもらえて良かったです。

※「百合小こどもクラブ」では、日本の伝統行事[お餅つき]をこども達に伝え、その次の世代に繋げてもらえたらと願っています。



「百合小こどもクラブ」次回の活動は、2019年1月12日(土)[寒中ミニ運動会]を行います。百合が丘小学校での活動となりますので、応援に来てあげてください。

「百合小こどもクラブ」コーディネーター 畑 行子

定期的な[インボティ測定会+ロコモ健診]参加のおすすめ!

健康寿命の延伸は、医療以前におけるご自身の日頃の努力にかかっています。食事、運動、そして仲間との笑顔の会話がとても大事です。

やみくもに食事を制限したり、運動しても効果が少ないかもしれません。健康診断やがん検診を定期的に受検することが重要ですが、さらにご自分の体のどこが強くて、どこが衰えているのかを理解するためのロコモ健診や体力測定を定期的に受けることも必要です。

名張市には、体内組成を測定できるインボティ測定機があり大いに活用していきたいと思えます。その上で、専門的に食事の内容や量、どんな運動が効果的かの指導を受け、理解と無駄のない努力をして頂きたいです。

※次回[インボティ測定会+ロコモ健診]の開催は、3月16日(土)9時~13時まで百合が丘市民センターで実施予定です。



ご注意ください!

朝夕、地域内をウォーキングするときは反射テープ又は目立つ服装でウォーキングしてください。特に夕方は日が落ちるのが早く暗くなります。車等から人が見づらくなり事故につながる危険性がありますのでご注意ください。また、なれない道を歩くとイノシシ、鹿等の動物と遭遇する危険性がありますので、出来るだけ慣れた道をウォーキングするようにしてください。

なお、当地域では健康を保つ目的で「歩こう会」を行っています。自ら目標を立て自分の都合に合わせて、自分のペースで体力に合わせた距離を歩く会です。いつでも参加することができます。目標が達成すれば記録カードに日付を記入し、100回達成すれば「名張ケンコー! マイレージ」のマイレージポイントが付与されます。詳細は百合が丘市民センター(電話64-6466)までお問合せください。

**歩こう会**  
(健康づくり部会)

12月の目標達成者  
(毎月25日締切)

篠原 敬一様(西2) 29回  
林 睦雄様(東3) 19回  
林 基子様(東3) 19回

**百合小校区  
防犯パトロール隊**

<12月度実績>  
通常パトロール 昼9回  
●各巡回とも特に異常なし

パトロール中

協力者を募集中です!

2018 クリスマスフェスタを開催!

“2018 クリスマスフェスタ”が12月22日(土)に教育センター 大研修室で開催しました。

当日は天候があまり良くなかったですが約500名の方に参加していただき、盛大に開催することができました。

今年は名張青峰高校の放送部(4名)に司会をしていただきました。百合が丘総合スポーツクラブで幼稚園・小学生で構成するヒップホップダンス(INFINI)で始まり、「K'sファミリーと仲間たち」によるマリンバ演奏、名張青峰高校吹奏楽部による迫力ある演奏、「La・マンドリーナ」のマンドリン演奏、フィナーレはマンドリン演奏で「百合小こどもクラブ聖歌隊」の合唱と全員で「ピリープ」を合唱し、帰りには全員に素敵なクリスマスプレゼントをお渡しして、楽しい日を過ごすことができました。



教育文化部会長 橋本 建

「よくバリ青春体操」のご案内

人は「健康」であればこそ炊事、洗濯、掃除や遊びもできますが高齢や病気になると動けなくなり生活が苦痛になります。健康は大切です。このたび「ゆこゆこ」では1月から3月まで医師会でつくられた「よくバリ青春体操」を皆様と一緒に健康の維持・改善を目標に計画しました。もちろん、名張市も共に推進をしています。

また、3月16日には市民センターで健康状況の進み具合を確認するインボティ(筋肉や脂肪量の測定)による健診を行う予定です。時間をやりくりして体操へご参加くださるようご案内をいたします。

【日 時】平成31年1月7日から3月末までの月曜日と水曜日。月曜日は11時から1時間

水曜日は10時から1時間行います。

※「ゆこゆこ」は水曜日が定休日ですが、この時間はオープンしています。

【場 所】 ふれあいサロン「ゆこゆこ」

百合が丘西3-18 ☎0595-62-7366

【持ち物】 屋内シューズ・お茶等飲み物

【会 費】 1回 100円

【問い合わせ先】 ふれあいサロン「ゆこゆこ」



一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 - 12月度理事会の議題の報告 -

12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29名の内23名出席、6名欠席でした。

【日時】12月8日(土) 午後7時30分~9時

【場所】市民センター 多目的ホール

【議題】

《審議事項》

- (1) 投票会場変更に係る自治会の意見・要望について
- (2) ゆめづくり協働事業における各理事からの提案の件
- (3) 総会代議員選出に係る規定の件
- (4) 百合が丘総合スポーツクラブとの契約書の件

《報告事項》

- (1) 昨年10月度理事会で採決される際の条件であったホッケー場工事に係る「住民説明会」について
- (2) ゆりバス広告掲載の件
- (3) 「市道夏見青蓮寺線(青峰高校東側)災害復旧工事」完了の件
- (4) 11月23日(金・祭日)「新建築ルール」に係る「地区計画(案)」説明会の件
- (5) 南百合が丘集会所修理の件
- (6) コミュニティ・スクールに関する「滋賀県湖南市岩根小学校」視察の件
- (7) ゆりバス運転手の件
- (8) 平成30年度上期監査報告について

