

第381号
 2024. 3. 1.
 発行/芦原地域
 コミュニティ
 TEL 33-1069
 発行者 木下 暁美
 責任者

若竹公民館

定期使用グループの紹介

「ロンドダンス」サークル No.2

活動内容	例会・曜日	時間	会費(月額)	入会金	活動場所
社交ダンス	毎週月曜日	9:30~12:00	4,000円	500円	講堂(3階)



前列中央の楠孝史先生と一緒に

- ① 発足したのはいつですか?
平成16(2004)年です。
- ② 結成されたきっかけは?
社交ダンスをとっても愛する17人(男性5人・女性12人)で始めました。
- ③ 現在のメンバーは何人?
現在は、結成当時の人数のほぼ半分にあたる8人ですが、練習を楽しんでいます。
- ④ 最高齢者は何歳?
すてきな80歳です。

若竹公民館では、健康維持や趣味を生かすなど、自分自身を高めるため、自分に合ったグループで楽しい時間を過ごしています。



4拍子の『アメリカン・パトロール』の曲を練習。リズムに合わせてスローカウントのクイックステップで軽やかに踊ります

⑦ 募集するメッセージは?
 男性の先生は優しく、基礎からしっかり指導してもらえます。社交ダンスに興味のある人、ぜひ見学に来てくださいます。待っています。



⑥ 長く続けるひけつは?
 明るく笑顔が絶えません。ダンスもおしゃべりも楽しく、最高の気分になれることです。

⑤ サークルの特徴は?
 一般の社交ダンスで、1部(中級、上級)、2部(初級)とも年間スケジュールを決めず、会員の希望で種目を決めていきます。ダンスが大好きで



楽しく踊って気分が上がります

にぎやかに開催!! “わいわい”こどもフェスティバル

4年ぶりの通常開催となった「わいわいこどもフェスティバル」が、晴天に恵まれた昨年12月10日、若竹公民館で盛大に開催されました。

→三味線の独特な音色と、太鼓をたく力強い音が会場に響き、場内からは大きな拍手が…。舞台上には、パフォーマンズショーのセツトがあります



プラバン作り・出来上がりが楽しみ!



射的・紙コップを狙って…



輪投げ・入ったかな～?



ストラックアウト・次々と抜いていく

☆メインステージ(3階)
◎生活文化問題協議会の講座生と芦原地区子ども会の三味線・和太鼓の演奏は、練習の成果を発揮しました。
◎くす田博士(科学実験の大道芸人)さんによる「サイエンスパフォーマンスショー」は自然のびっくりがいっぱい! 笑いがいっぱい。身近な科学を子どもたちにも分かるように説明してくれました。

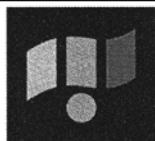
りやすく、大人にも大好評でした。
◎モルック体験コーナー(講師・西宮スポーツセンター職員)では、講師からルールの説明の後、初めてのスポーツに挑戦。子どもたちの歓声が上がっていました。
※モルックの地面などに並べた複数の木のピンをめぐり、モルックという木の棒を投げて倒す。獲得した点数を競うスポーツ



モルック体験・木の棒を倒すのが意外と難しい

☆お楽しみコーナー(1・2階)
◎実行委員が力を合わせた各コーナーでは、子どもたちの喜ぶ姿が見られ、大盛況でした。
◎関西学院大学ボランティアサークル「ほっとコミュニティ」の学生が活躍しました。
◎ロビーには、西宮市社会福祉協議会がレンタルした募金ガチャと楽しんでいました。

—次ページに続く—



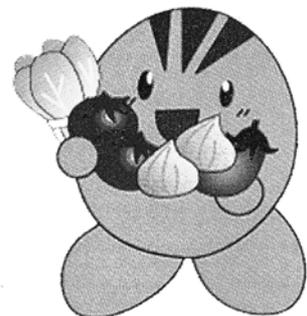
HYOGO ROKKO JA兵庫六甲

JA兵庫六甲は農業と地域に根差した活動や事業を通して豊かな地域社会づくりを目指します。

西宮中央支店

西宮市神明町 2-13

☎0798-67-2284



主催・「わいわい」こどもフェスティバル実行委員会
 構成団体・芦原地区子ども会
 連絡協議会、深津小学校父母の会、芦原地区民生委員・児童委員協議会、芦原保育所、深津小学校、むつみ児童館



魚釣り・真剣な子どもたち
 (関学生「ボランティアグループ」のコーナー)



バルーンアート・何作ろうかな？

☆お楽しみコーナーの続き

まっていたよ！

ジャンボ迷路

ジャンボ迷路が昨年11月27日～29日の3日間、4年ぶりにむつみ児童館で復活しました。今回は、ボードゲームのオーシャンラピンスを迷路で再現し、「みんなダイバーになって海の中を探検しよう」をテーマに開催しました。



ゴールまで行けるかなあ？

近隣の保育所と幼稚園の子どもたち、乳幼児の親子連れ、小学生から中学生までが来館し、3日間で600人以上が迷路を楽しみました。午前は乳幼児向けに、タンバリンを探してタッチすると、午後は幼児と児童向けに、



スタート近くでウミガメがお出迎え

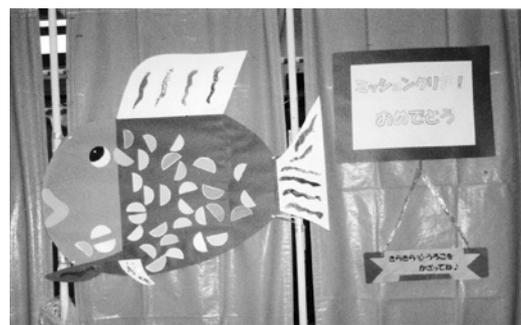


迷路のテーマとなったカード

スタンプリーをミッションに設置し、迷路を探検しました。9月から募集した子どもたちの作品「海の仲間たちのぬりえ」や「人気おもちゃ・クルリグラフで描いた宝石のモチーフ」などが迷路に彩りと



深海の生き物かな？



ゴールできたら、魚にうろこを1枚ペタッ！

温かみを添えていました。児童館にとって、遊びを通じて子どもたちが見せる笑顔が一番の宝物です。すてきな宝物をたくさん見つけられた3日間となりました。



「スイカンなら大丈夫」と安心して頂けること
 私達の目指すのは信頼度オンリーワンの企業

給排水管改修工事 設備点検
 メンテナンス業務 空調工事

株式会社 **スイカン**

西宮市西宮浜3丁目14-3 TEL (0798) 22-9185(代表) <http://suikan.co.jp>

おめでとうございます
故 駒田 幸光さん



地域での部落解放運動の発展に寄与した功績をたたえられ、表彰されました。水平社宣言の最後の言葉「人の世に熱あれ 人間に光あれ」

昨年11月4日、神戸市ラッセホールで開催された「兵庫県水平社創立100周年記念集会」で、物故者11人、功労者19人が表彰されました。駒田さんは47歳の時、部落解放運動（昭和48年11月93年）に出会い、翌年の西宮差別行政糾弾闘争を貫徹。闘争終結後は支部長、兵庫県運営委員を長らく務めました。部落解放運動が自己意識の改革と人間尊厳への道程になるという信念を貫き、西宮市の人権教育・啓発などにも尽力。駒田さんは平成18（2006）年に81歳で逝去。物故者の1人として表彰され、息子の敏幸さんは、父親が表彰されたことをとても喜んでいました。

<認知症>早期発見・早期対応が大切!!

●認知症予防習慣のポイントとこつ「植木市（うえきいち）だ」●

①う 運動習慣

- 1週間に90分以上の運動習慣がある
- 毎日、体を動かすことを意識している
- 筋力アップ運動に取り組んでいる

②え 栄養バランス・お口の健康

- バランスの良い食事を考えている
- やせすぎに注意している
- 歯の健康を意識している。かかりつけの歯科がある

③き 休憩・リラックス・睡眠

- 7時間以上の質の良い睡眠がとれる
- うつに気をつけている
- 自分のストレスを発散できる方法がある
- どんな困ったことでも相談できる人、頼れる人がいる

④い 生きがい・趣味・社会交流

- 新しいことにチャレンジしたり、多くの趣味に取り組んでいる
- 社会活動など、社会とつながる機会がある

⑤ち 知識・正しい理解

- 認知症かも？ と気になったときの相談先を知っている
- 認知症サポーターである

⑥だ ダメージを減らす

- 難聴は早期にケア・改善（受診・補聴器など）している
- 節酒・禁煙に努めている
- 身近なかかりつけ医があり、体調の相談・対処ができています

● 早期に認知症と診断されれば、服薬などで遅らせたり、認知症とともに人生を歩む準備ができます。
● ☆受診の際はメモをしておく
● と良いこと！
● いつごろから、どのようにして症状が出てきたのか？

● 現在はどのような症状があり、症状で困っていることはあるのか？
● 今までにかかった病気はあるのか？
● 現在治療を受けている病気はあるのか？
● どんな薬を飲んでいるのか？
● （分からない場合は薬袋ごと持って行く。薬手帳なども役立つ）

<相談などの連絡先>

西宮市高齢者あんしん窓口
(地域包括支援センター)

深津 TEL 0798-64-0050

安井 TEL 0798-37-1870

※①～⑥のチェック数が少ない人は相談してみましょう

◎近くの西宮市高齢者あんしん窓口で相談!!

☆保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが、相談内容に応じて必要な支援につなげます。

漁労機器・無線通信装置・航海機器・GPS機器・医療機器・ITS機器・無線LANシステム

FURUNO



古野電気株式会社

西宮市芦原町9番52号 TEL ; (0798)65-2111 (大代表)

www.furuno.com