

## 小信中島連区

# 地域づくり協議会だより

\* 発行者 小信中島連区地域づくり協議会広報広聴部会

## 子どもたちが大喜び !!

### 鮎つかみと遊びコーナー

7月14日(土)午後3時から小信中島小学校において「鮎つかもう会・夕涼み会」が、公民館(魅力ある地域づくり部)、児童館、学校外活動と母親クラブの協力によって行われました。

鮎つかもう会は、特設プールを設けて鮎を300尾放流して、子どもたちに鮎のつかみ取りをしてもらう行事です。

泳いでいる鮎を手でつかむなんて経験は、なかなかできないことです。

つかんでも逃げられて残念な顔、うまくつかめて満足な顔・・・子どもたちは、なかなか経験できないことに挑戦して、喜びが表情にあふれて大賑わいでした。また、遊びコーナーにおいては、ヨーヨー風船、シューティングピザ、だるま落とし、蛇たたきなどが行なわれ、どのコーナーにおいても子どもたちは元気に遊ぶことができました。



### 工作実技教室



7月21日(土)公民館家庭学習部主催の親子ふれあい教室「私はフェアブル」が、つどいの里において行なわれ工作実技に取り組みました。幼児、小学生男女それぞれが自分の好きな、かぶと虫、くま、りす、とんぼ、ちょうちょなどを苦労しながら作り上げ、完成時には皆んなにっこり笑顔でした。

### 親子ボーリング大会

8月5日(日)公民館家庭学習部主催の「親子ボーリング大会」がアソビックス尾西において行なわれました。

当企画は初めてのことで参加者は30名弱でありました。幼児でも可能なスタンド台やガーターなしのローカルルールで誰でもがボーリングを楽しむことができました。

子ども男子の部優勝 鈴木宏樹くん、田中日向くん  
子ども女子の部優勝 五藤万由さん



## 大人の学習・教養講座

### 救命救急講座

7月24日(火)公民館女性学習部と女性の会の共催で「救命救急講座」が、尾西生涯学習センターにおいて行なわれました。50名余の参加者が集まり、一宮市尾西消防署のご協力で指導を受けました。救急車は、要請すると現場まで平均8分で来るそうです。この間に、私たちがここで実習した心臓マッサージやAEDを行うことによって、2倍の救命ができるそうです。

実習中、最初のうちは声も動作も小さかったのですが、だんだん慣れるにしたがって大きな声で、キビキビと指示などが出せるようになりました。



### ストレッチ体操



8月4日(土)公民館成人学習部主催の成人教養講座 実技「体にいい…ストレッチ体操」が、つどいの里において行なわれました。息を鼻から吸って、口からゆっくりと吐く呼吸法を使って、体を伸ばしたり、緩めたりの運動をしました。少し痛いかなぐらいの気持ちの良いところで止め、無理をしないことが秘訣でした。

真夏日のとても暑いなか60名ほどの参加がありました。終わったときには、皆さんが数十歳(?)若返った気持ちと体になることができました。

### 寒天は低カロリー食品

8月8日(水)公民館女性学習部主催の女性学級講演「寒天はダイエット食品…ダイエットにいい話」が、つどいの里において50余名の参加で行われました。

寒天は、植物繊維80%、水分20%の含有率で、便秘薬としても認定されています。寒天にはカロリーがないため、メタボシンドローム、内臓脂肪、コレステロール、血糖値の改善に有効です。さらに、寒天に含まれるアガロオリゴ糖は、抗ガン、抗リウマチに効果があると学会で発表されており、非常に健康に良い食品であることを学びました。

綾小路きみまろ風に言えば、「あれから40年、寒天を食べて若い頃を思い出す。」(笑)



### 9月連区の行事

- ★公民館(成人) 講演:骨まで愛して…骨粗しょう症対策 1日(土) 午後2時~4時 つどいの里
- ★公民館(体レク) ビーチバレー教室 3日(月)、11日(火)、19日(水)、27日(木) 午後7時~9時 小信中島小学校
- ★敬老会 8日(土) 午前9時半~ 一宮市尾西市民会館
- ★公民館(家庭) 親子ふれあい教室:実験で美味しい食べ物づくり 9日(日) 午前10時~12時 つどいの里
- ★高齢者教養講座 思いたったら音楽で健康に 13日(木) 午前9時半~11時半 つどいの里
- ★防災訓練 16日(日) 午前9時~12時 小信中島小学校
- ★高齢者教養講座 笑いは健康のもと 20日(木) 午前9時半~11時半 つどいの里
- ★防犯交通安全パレード 28日(金) 午後2時~ 小信中島小学校体育館