

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

心も体も健康生活

11月8日（水）、小信中島短期大楽の教養講座で一宮市西保健センターの保健師、鵜飼正江さんと森下真由香さんを講師に「心も体も健康生活」が開講されました。

「ロコモ」という言葉を聞いたことがありますか？これは骨や関節、筋肉などの運動器が衰え、介護が必要になったり、そうなる危険性が高くなった状態のことです。平均寿命は延びましたが、私たちの運動器は元々長持ちするようにはできていません。また、健康寿命とは健康上の問題がなく、日常的に介護を必要としない期間です。平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があり、誰もが最後まで、健康で生き生きとした生活を送りたいと願っています。健康生活のキーワードは、①まず休む ②焦らなくて大丈夫 ③ぼちぼちとを心がけ。途中ロコモ予防体操で体を動かしながら53名の大楽生は、「健康寿命を延ばしましょう」と心に誓いました。



小信中島公民館文化祭 開催

11月12日（日）、小信中島公民館文化祭が開催されました。作品展示では地域で活動される皆さんの力作が並び、小信中島小学校・尾西第三中学校の生徒さんの作品も展示されました。書道や絵画、生け花、染め物や干支木目込みなどの素晴らしい作品に触れ、文化を肌で感じる事ができました。

また、午後からの舞台発表では、14団体がステージで演目を披露してくださいました。皆さん生き生きと日頃の練習の成果を発表され、会場から大きな拍手が沸き起こっていました。会場内ではお茶席も用意され、日本文化のお抹茶を堪能することができました。この文化祭は年々参加者も来場者数も増えており、今後より一層の盛り上がりが期待されます。



小信中島連区・二ツ屋地区防災訓練

11月12日、心配された天気も快晴に恵まれ、秋の防災訓練を実施することができました。この日は、数ヶ月前から二ツ屋町内会の皆さんで準備を進めてきた計画に従い進行することができました。

まず町内の皆さんは10時25分に集合、尾西消防署員の指導のもと3班に分かれて、①放水・②消火器・③スモーク体験を実践しました。また約20名の町内役員の皆さんは、豚汁・おにぎりを作る炊き出し訓練を早朝より実践して、250名分を11時30分までに完成させることができました。

その後、尾西消防署の京極署長から、防災に備えた日頃の意識と今回のような実践を伴う訓練を常態化することで、被害を最小に留める事ができるとの講評をいただきました。

最後は、約200名の参加者の皆さんに炊き出しと防災グッズをお渡しして各自緑道で賞味(なかなか好評でした)していただき、12時30分に終了しました。次につながる若干の反省点はあったものの、身近に起こりうる災害に備え多くの方に防災意識が芽生える一助になることを願っています。

なお、今回訓練場所を心良く提供していただいた方を始め、多くの方のご協力に改めて感謝申し上げます。



墨会館 文化財特別公開と子どもガイド

11月23日(木・祝)、登録有形文化財・墨会館の特別公開が行われました。ご存知の通り墨会館は小信中島公民館として、普段から私たちの様々な活動の場となっていますが、今回は世界的な建築家丹下健三氏が設計した貴重な建物として多くの人に「墨会館のステキ」を発見してもらおうと企画されたもの。名古屋市や遠くは豊川市からも80人余りの人が来館されました。

午前中の来館者を案内したのは、小信中島小学校4～6年生の11人の子供たち。この日のために2日間にわたって、建物の特徴や繊維産業の歴史などを学び、ガイドの練習を積み重ねてきました。この日の本番では、2～3人で1組になり熱心に見学者のガイドをしていました。

今年の1～2月には、「あいちトリエンナーレ地域展開事業」が開かれ、墨会館もその会場の1つになっています。そうした機会を通して、文化としての墨会館に触れてみてはいかがでしょうか。

1月連区の行事

★ 抹茶のいただき方 20日(土) 10:00～12:00 13:00～15:00 公民館