



みんなと楽しく健康に

## 「まちづくり協議会」について知る。

### 活動紹介④ 健康づくり

まちづくり協議会では、  
こころやからだを健康にする、  
さまざまな活動を行っています。  
知っている活動はありませんか。

問合せ先 園総合政策グループ（内線365・339）

最近「外に出なくなってきた。」「運動しなくなってきた。」「人と関わらなくなってきた。」という人はいますか？  
平成27年度市民意識調査によると週1回以上運動している人は35%となっています。今まで運動していなかった人が体を動かすきっかけとしたり、健康の維持・増進に役立ててもらえたらこの想いから、各まちづくり協議会では各種講座や事業を実施しています。  
例えば、南部・吉浜・翼・高浜まちづくり協議会が実施している健康体操講座。からだを動かすことはもちろんのこと、顔見知りが集まることで会話も弾み、日ごろのストレスを発散する場にもなっています。





# まちづくり協議会 インフォメーション

## 高浜南部

### 個別防災訓練を実施しました!

6月21日に名古屋市港防災センターにて地震体験、伊勢湾台風について子どもたちと学びました。大人も子どもも災害について考えさせられる1日となりました。



問合せ先 ☎52-2123

## 吉浜

### こども七夕まつりを実施しました!

7月4日にこども七夕まつりとして吉浜ふれあいプラザ周辺に願いが書かれた短冊笹飾りを設置。「あ、私のだ」といった声があちこちであがり、大人・子どもが互いの思いを通じ合わせあっていました。



問合せ先 ☎52-1101

## 翼

### 各種実行委員会を立ち上げます!

「防犯・防災運動会」「総合防災訓練」を実施するにあたり実行委員会を立ち上げます。また、策定から5年が経つ「地域計画」を見直すための委員会も立ち上げ翼学区の将来について考えていきます。



問合せ先 ☎55-1822

## 高取

### 黄色い彼岸花が咲くのをお楽しみに!

中学橋～吉野橋間を黄色い彼岸花でいっぱいにする3か年計画が7月5日の球根を植える穴掘りからスタートしました。初年度は中学橋～稗田橋堤防間(左岸)です。彼岸花の成長をあたかく見守ってください。



問合せ先 ☎55-3894

## 高浜

### 夏祭りを開催します!

今年は8月9日(日)に高浜小学校にて開催します。7月下旬から行っていた盆踊り練習の発表の場にもなります。皆さんぜひお越しください!



問合せ先 ☎87-9112



毎月1日号で、「まちづくり協議会」やその活動についてテーマごとに紹介しています。気になる活動に、ちょっと参加してみる。そのきっかけになれば...



ます。  
また、高取まちづくり協議会では稗田川沿いのウォーキングを、吉浜まちづくり協議会では高齢いきがグループが校区内を約1時間かけて歩くウォーキング大会を実施して、健康増進を促しています。みんなと歩くことにより普段気づかなかったまちのいいところの発見にもつながります。  
また、吉浜まちづくり協議会では農園で、園児たちといっしょに野菜を育て、育てた野菜を料理して食べる食育活動もしています。野菜を育てる楽しさなどを実感し、心の健康にもつながっています。  
皆さんも汗をかいて、おしゃべりして心も体も健康をめざしませんか?

パワーアップ教室は2週間に1回なので気楽に参加できますし、生活リズムも整い大変助かっています。

教室を知る前にも、ウォーキングを行っていましたが、長続きしないことが多かったです。その点、この教室は休憩時間や待ち時間に楽しくおしゃべりもでき、新しいつながりができる場にもなっていて、行くのが楽しみです

このような教室の利用がひろがり健康なまち「たかはま」になるといいですね!



翼まちづくり協議会  
健康体操(パワーアップ教室)参加者  
森屋よね子さん



自分で育てた野菜はおいしいね!