

あいスポーツプレス

市立武蔵野会館

第14号

発行元：市立武蔵野会館運営協議会
責任者総務担当：小野正敏
事務局：市役所生活コミュニティ課
042-544-5111

CONTENTS

P1 年頭挨拶 活動日誌 p3 会館まつりほか
P2 美しいまちづくり p4 トリム体操ほか

平成二十二年

寅年スタート

年頭にあたって

市立武蔵野会館運営協議会

会長 小野正敏

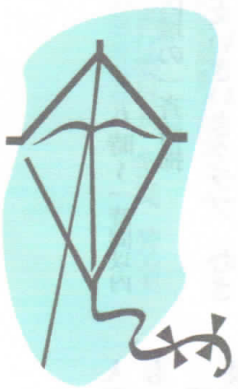
新年を迎え、謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。皆様方には、平素より市立武蔵野会館運営協議会の諸活動に対し、深いご理解とご協力をいただき、心から敬意と感謝をもうしあげます。

昨年は、感染が拡大しつつある新型コロナウイルスエンザにより、一時期、市内の全小学校が学級閉鎖になる等、小・中学校児童生徒を中心に猛威を振るいましたが、これからは、幼児と高齢者に感染が拡大するのではないかと危惧しています。

市立武蔵野会館運営協議会が結成され四年が経過し、四つの委員会の活動も着実に拡大して行きつつあります。「安全まちづくり委員会」による、学童の登・下校時の見守り活動と青色パトロールカーによる地域防犯パトロール、小学生の交通安全教

室。「美しいまちづくり委員会」を中心として、中神工業団地協力会、中神北口商店会のご協力をいただき、マナーアップキャンペーンや地域の清掃活動を行ったり、武蔵野小学校の高学年生と一緒に通学路の花一杯活動を行っています。「心とからだの健康づくり委員会」による映画会や講演会活動。「市立武蔵野会館会館まつり実行委員会」の企画・運営による会館まつりを盛大に行っています。本年も四つの委員会を中心に色々な活動を進めてまいります。

昨年、静岡を襲った地震では、人に対する被害はほとんどありませんでした。これは、近い将来発生するであろう東海地震に備えて常日頃より、家具の転倒落下防止対策に取り組んできたことが効果を発揮したと言われています。私達の地域においても減災のため家具の転倒・落下防止対策を積極的にPRし進めて行きますので皆様方のご理解とご協力をお願いいたします。



活動日誌

- 五月十七日：第四回定期総会
- 五月二十八日：第四回クリーンキャンペーン
- 六月 七日：第一回役員会
- 六月十六日：武蔵野小学校前歩道の植栽
- 六月二十一日：あいスポーツプレス十二号発行
- 六月二十二日：管理人との意見交換会
- 六月二十三日：青パト運転協力者会議
- 七月 七日：定例役員会
- 八月十二日：定例役員会
- 九月 九日：第一回役員・理事会
- 九月二十五日：青パト運転協力者会議
- 九月三十日：会館まつり実行委員会
- 十月十四日：定例役員会
- 十月二十一日：あいスポーツプレス十三号発行
- 十月二十七日：会館まつり実行委員会
- 十月三十一日：認知症の映画「折り梅」上映
- 十一月三日：第四回会館まつり
- 十一月十八日：定例役員会
- 十一月十八日：武蔵野小学校前歩道の植栽
- 十一月二十日：第五回クリーンキャンペーン
- 十二月四日：認知症サポーター養成講座開催
- 十二月九日：定例役員会
- 十二月十四日：市・警察・青パト運転者懇談会
- 十二月二十八日：管理人との意見交換会

美しいまちづくり委員会

第五回 クリーン・美化運動キャン

ペーンと清掃活動の実施報告

●活動日 十一月二十日(金)

●参加者 七十八名

●活動の場所

①中神駅北口広場 七時一〇分～八時二〇分

・マナーアップ・キャンペーンのぼり旗と
青パトでの声による呼び掛け

・美化・安全等のティッシュペーパー配布

・広場を中心とした区域の一斉清掃

主担当団体 中神北口商店会 文化シニ

アダプト 工業団地協力会 二〇名

②北文化公園&周辺道路 八時～一時間以内

・公園を中心とした区域の一斉清掃

主担当団体 メゾンシニアクラブ プレ

イシアシニアクラブ 二〇名

③美の宮公園&周辺道路 八時～一時間以内

・公園を中心とした区域の一斉清掃

主担当団体 工業団地協力会 日の出ア

ダプト 二十五名

④中神駐在所 中神団地自治会 八時～一時間以内

・都道西側の歩道区域の一斉清掃

主担当団体 昭文いきいきクラブ むさ

しのもくせい会 十三名

初めて活動場所を四か所に分散した地域密着方式で実施しましたが、大勢の方々の協力で成果が得られました。今後も年二～三回程度継続して地域内一斉清掃を行う予定です。



武蔵野小学校通学路植栽について

市立武蔵野会館運営協議会アダプト登録団体「武蔵野小学校通学路班」として、美しく清潔で安全な町づくりを始めてから四年目を迎えるようとしています。市立武蔵野会館運営協議会では小学校近隣自治会に協力者を募ったところ二十八名が参加されました。地域に住んでいる

人の多くが、少しでも町をきれいにしようとおもって頂ければ素晴らしいことです。

武蔵野小学校五・六年生全員が参加し、一時間の授業として地域と一緒に取り組んでいます。作業は十月の土掘り起こし、十一月には花を市から取り寄せ植える位置や花の組み合わせ、そして五年生全員との植え付け、また翌年六月には六年生全員と一緒に秋に植えた花の引き抜きや整地、そして六年生全員による植え付け作業と年二回の植栽を行なっています。その間中神工業団地協力会傘下の会社から水遣りの協力もいただき、きれいで美しい通学路が子どもたちや通行する人たちに潤いを与えています。地域と学校が協力していつまでも継続されていく活動として今後とも皆様のご理解とご協力をお願いいたします。(責任者 丹羽)



武蔵野会館まつり 報告

参加者の皆様、ありがとうございました

昨年、十一月二日に開催しました「武蔵野会館まつり」には、来場者とスタッフ合わせて七百名以上の参加で、大いに盛り上がりました。

好天には恵まりましたが、例年になく、肌寒い日の会館まつりとなりました。

昨年を上回るアトラクション出場者と来場者の集中による駐車場・駐輪場や会館周辺の混雑を解消し、来場者の安全を確保頂いた交通安全協会や防犯協会の皆様に感謝申し上げます。

充実した「まつり」の内容

アトラクションには、約二百六十名の出場者があり、日頃の練習の成果を発表して頂きました。それぞれの演目も充実したものでした。

武蔵野会館が地域会館として開館した時の、記念式典に参加頂いた、瑞雲中学の生徒さんの久しぶりの参加に、三小学校の出演児童も、お兄さんお姉さん達の演奏に聞きいっていました。

展示には、四団体といくつかの個人の作品を展示して頂きました。また、恒例の中神駅北口の歴史や協議会の活動も写真を多用して、より分かりやすく行えました。

商店会やウイズユース、子ども会、洗瓶センターの模擬店・バザーのぷーやん・お茶のわかばの会の皆様に、大勢の来場者の方の接待をして頂きました。

した。

御協力頂きました各自自治会やつ南PTAの皆様、昭文さくら会の皆様、ありがとうございました。

目的であった、武蔵野会館運営協議会メンバーと利用団体の交流と活動の発表の場作りも達成できました。

次回は水曜日の開催

第二回会館まつりまでは、連休中の二日間開催でしたが、第三回から一日開催となっております。第一回から、多くの皆様に参加・来場頂いています。課題を一つ一つ乗り越えながら、地域会館として、参加者全員が協力して開催していきます。

今回は、残念ながら、アトラクションの公募を行えませんでした。会館の施設規模を考えると、一日に集う人数には限界があります。地域の皆様の集いの場として、今後の会館まつりには、更なる工夫が必要になると思います。開催日や内容についての皆様のご意見をお待ちしております。

新型インフルエンザの流行もあり、開催が危ぶまれました。しかしながら、紙面に書ききれないほどの皆様のご支援ご協力により、「第四回武蔵野会館祭り」を無事に開催することができました。皆様のご尽力に感謝申し上げます。

第四回武蔵野会館まつり

実行委員長 多良 芳幸

心とからだの健康づくり委員会

市立武蔵野会館運営協議会では「心とからだの健康づくり」を活動の中心テーマとし、昨年は社会的にも大きな問題になりつつある「認知症問題」に、取り組みました。1回目は認知症を題材にした映画「折り梅」の上映会を開催、2回目はより認知症を理解していただくために「認知症サポーター養成講座」を開催しました。委員会としては、本年も「認知症問題」への取り組みを進め「認知症サポーター養成講座」の継続「認知症模擬体験」「認知症になった人を理解しよう」等の講座を計画してまいります。

青パトの運転協力者募集!

市立武蔵野会館運営協議会が青パトの運行を開始してから一年半が経過しました。現在十六名の運転協力者が地域の「通学路見守り活動の人たち」とも連携して毎週水・金曜日の午後と休日に巡回活動を行っています。昭島市の登録団体ではトップの巡回実績と自負しています。

運転協力者が不足しています。ウィークデーの午後、三時間程度ご協力いただける方を募集しています。会館事務所へどうぞ

トリム体操

私達トリム体操のグループは武蔵野会館運営協議会の活動の一環として「心とからだの健康づくり委員会」の推薦団体としてあげられ、トリム体操の普及に努めております。

私達のグループは、「むさしの」サークルと「スマイル」サークルの二サークルから構成されており、「むさしの」サークルは月四回水曜日の午後に、また「スマイル」サークルは月三回火曜日の夕方に活動しております。

トリム体操のサークルは、NPO法人東京トリム体操協会に属し、全国的にサークルがあり活発に活動しております。

「トリム」とは、船舶のバランスを保つという意味のノルウェーの造船用語です。トリム体操は、これを語源としています。

人は、栄養・運動・休養の三つの要素をバランスよくとる事で、健康体を保つと言われています。健康な人は勿論のこと、体力の弱い人、年齢にかかわらず、男女を問わず、無理なく身体を動かし精神的効果も体得でき

ます。これがトリム体操です。

活動の内容は

一 ウォーミングアップ

音楽に乗って体を動かし、立位ストレッチング・ラジオ体操を行います。

二 有酸素運動

リズム感を養いながら、ウォーキング・ジョギング等の有酸素運動を行い、持久力を高めていきます。

三 筋力トレーニングとストレッチ

腹・背・腕・脚・臀部等の筋肉強化の為に運動及び柔軟性をつける為にストレッチングを行います。

四 リラクゼーション

迎位で腹式呼吸、そして脱力し軽い疲労感を取りながら、気持ち良さを味わいながら全身の手入れを行います。

五 リズム運動・ゲーム等

脳に刺激を与え、皆さんの交流を深めていきます。

六 その他

全員の交流を深める為、会館外で食事会・ハイキングを行いました。

また新たに加入された会員からの感想では、本人の持久力が付き、調整能力も付いたと好評を得ております。これからも女性・年

令に限らず新規会員を増やし、普及活動をしていきたいと思っておりますので、主旨にご賛同の方は是非ご見学され、一緒に体操をしてみませんか。



「放課後子ども教室」が始まりました

放課後子ども教室とは、小学校の校庭・体育館を利用し、放課後、子どもの安全で安心して過ごせる居場所を提供する事業のことです。

地域内では、武蔵野小学校が七月下旬から約一五〇人、つつじが丘南小学校が十一月下旬から約五〇人の夫々児童規模で活動が開始されました。今後必要に応じて、地域のボランティアとしての協力要請があるかとおもいますが、その際は皆様のご協力をお願いいたします。なおつつじが丘北小学校での事業開始は来年度からを予定しています。

また、武蔵野小学校の校庭芝生化が平成二十二年下期から始まりますが、これにつきましても地域の皆様のご理解とご協力をお願いすることとなります。(総務 座間)