



岩上自治振興会

いわっぴー通信

Vol.27 2023.8 発行



9月の事業予定

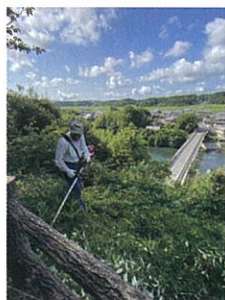
日	月	火	水	木	金	土
8/ 27	28	29	30	31	1	2
3	4	いわっぴールーム	6	百歳体操	8	9
10	11	12	13	14	15	古着回収 フードドライブ
17	すくすく広場	19	20	百歳体操	22	23 秋分の日
24	25	26	27	百歳体操	29	30

岩上公園整備事業 (環境・安全部会)

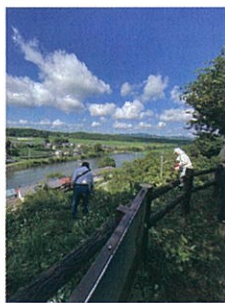
7/22 (土) 8:00～振興会役員と部会員など21名で、今年も岩上公園整備事業を行いました。

お天気も良く、約1時間の除草作業で見違えるような見晴らしになりました。

ウォーキングのコースに取り入れてみて下さい。



作業中

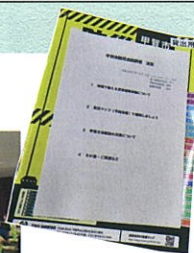


作業前



作業後

地域防災研修 (環境・安全部会)



7/15 (土) 10:00～ 各区長と部会員対象で、甲賀市危機管理課の出前講座「大規模災害その日がくるまでに～地域防災力の向上を目指して～」と、消防団の広報担当の方からの「消防団の役割」を開催しました。

当日は25名が参加し、熱心に受講いただきました。

すくすくひろば (福祉・健康づくり部会)

7/18 (火) 10:00～水遊びをしました。当日は4組8名の親子が参加してくれました。

はじめはこわがっていた子どもさんも、終わるころには出たくないというプールに座りこんでいました。



『7月のミニミニ講座』

7月は、『ナンプレ（小学生対象）』『自分のふなずし漬けてみませんか』『つなぐ棚田遺産』今郷棚田の自然観察会の3講座が開講されました。
8月には、『もっと身近に水口囃子』が開講されます。
まだまだ定員に余裕がありますのでぜひお申し込みください。



（ナンプレ 小学生対象）



（つなぐ棚田遺産
今郷棚田の自然観察会）



（自分でふなずし
漬けてみませんか）

ミニミニ講座 9月開講案内（人権・生涯学習部会）

※受講ご希望の方は、「いわっぴー通信」23号の受講申込書にご記入の上、事務局または市民センターまでご提出ください。

講座
10

健康



ウォーキングを生活リズムの一部に！

講座の簡単な紹介

ただ歩いている（お散歩）だけではもったいないですよ！
身体効果を上げるウォーキングのチェックポイントを確認しましょう。
＜姿勢＞ ＜歩幅＞ ＜回転＞

健康寿命をのばそう！

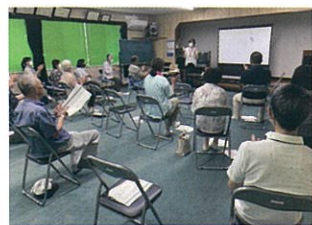
- ・〈回数〉2回
- ・1回目 ウォーキングのチェックポイントを体験！
- ・2回目 変化をつけてアクティブにチャレンジ！
- ・〈日時〉①9/30 ②10/28 土曜日 9:30～11:30
(9:15 現地集合)
- ・〈対象〉成人 〈定員〉10名
- ・〈場所〉①水口体育館 2階
②水口スポーツの森（雨天時：水口体育館）
- ・〈材料費〉なし
- ・〈準備物〉動きやすい服装・運動靴（室内用）・タオル・水筒など

ふれあいサロン開催される

和野区

7/16（日）9:00～11:30 健康福祉会主催で「ふれあいサロン」が開催されました。昨年10月にコロナの感染状況を考慮しながら3年振りに行われたのを機に、今年度から例年通り年2回（7月・2月）計画されています。

今回は『フレイル予防で健康生活』を主題に、地域包括支援センター川上さんの脳トレを兼ねた運動と講義や地元の方の手作り手芸・工芸品等の展示、「太鼓の達人」などのeスポーツゲームや健康推進員さんによる「糖尿病予防」のパネル展示など盛りだくさんのサロンで賑わっていました。



△岩上自治振興会△	活動部会	4	■まちづくり部会 ■人権・生涯学習部会 ■福祉・健康づくり部会 ■環境・安全部会
	事務所	水口町新城557番地	
	代表者名	竹田 久志	
	電話・FAX	0748-70-3332	
	URL	http://iwagamijiti.com/	
	E-mail	iwagamijitisin@ac-koka.jp	
	エリア人口	2,868人1,197世帯（令和5年6月末現在）	
区・自治会数		7（新城・中畑・饗峨・和野・今郷・城が丘・つつが丘）	

