

### 各地で地域のイベントが行われました

#### 元大橋町内会 バスハイク

10月14日(水)、恒例のバスハイクが参加者69名、バス2台で行われました。

快晴に恵まれ、東京スカイツリーを車窓より間近に見て大きさにビックリしているうちに、バスはひたち海浜公園に到着。広大な園内には3万2千本のコキアが見事に紅葉し、青空に映えて見応え十分でした。コスモスも潮風にやさしくゆれ、ともに秋を満喫しました。バスの中や那珂湊お魚市場でのおいしい食事をしながらの交流で、とても楽しい一日になりました。



#### ローレルスクエア港南台 秋祭り

10月18日(日)、ローレルスクエア港南台秋祭りが鍛冶ヶ谷北谷公園で開催されました。

チャン助さんのジャグリング、ボーイスカウト横浜116団によるパン作り体験や野菜、パンの出店などのほか、シニアクラブのフリーマーケットや、惣菜・弁当の販売、住民バンドが新たに加わり、一層賑やかなものとなりました。

住民同士の交流の場として思い出に残る楽しいひとときとなりました。



#### 若竹山手町会 親睦バス旅行

10月25日(日)、総勢42名の参加者で千葉県館山方面への親睦バス旅行を実施しました。館山城では甲冑着用体験をし、「漁師料理たてやま」では浜焼きなどの食べ放題を楽しみました。また、「アロハガーデンたてやま」では熱帯植物見学、フラダンス体験、小動物とのふれあいを楽しむことができました。今回はガイドさんからいろいろなお話も聞けたり、買い物をしたりと親睦を深めながら楽しい一日を過ごすことができました。



#### 鍛冶ヶ谷町内会 町民体育祭

10月18日(日)、本郷特別支援学校グラウンドにおいて、第33回鍛冶ヶ谷町民体育祭が行われました。当日は絶好の体育日和に恵まれ、参加者は200名に及び、小さな子ども達から老若男女幅広い年齢層の皆さんが各種目に参加し、一緒になって遊び、時には真剣に競争し大いに盛り上がり、体育祭を楽しみました。



#### 鍛冶ヶ谷町内会 日帰り旅行

11月28日(土)、鍛冶ヶ谷町内会日帰り旅行が102名の参加で開催されました。今年は千葉・房総方面に出かけました。まずは、みかん狩りで楽しみました。千葉のみかんは予想以上に甘くておいしく”びっくりポン”でした。昼食は今大人気の「浜焼市場きよっばち」で

海鮮バイキングでした。最後は今回のメインイベントの関東3大イルミネーションにも認定されている東京ドイツ村イルミネーションを見学しました。お土産も豊富で充実した一日を過ごし無事帰途につきました。



編集委員：水越春彦 本間和男 片山栄一 軽野幸男 杉本須美子 佐藤喜久子 服部泰子  
協力：栄区社会福祉協議会 中野地域ケアプラザ  
連絡先：中野地域ケアプラザ (担当：遠山 TEL 045-896-0711 FAX 045-896-0713)

全戸配付版

# 本三みらい

発行者 村田可代子  
◇本郷第三地区 社会福祉協議会  
◇本郷第三地区 支えあいネットワーク

## 新年あけましておめでとうございます

### 連合町内会、港南台プリンスハイツ自治会の合同防災訓練が実施されました

平成 27 年 12 月 6 日 (日)、虻名公園において、本郷第三連合町内会と港南台プリンスハイツ自治会の合同防災訓練が実施されました。

訓練は、保坂本郷第三連合町内会会長、神山副区長、佐藤栄消防署長の挨拶で始まり、200 余名の参加者が3班に分かれて、消防団の皆さんの指導のもと、消火・煙体験、レジ袋等を利用した応急手当・救護訓練、AED心肺蘇生訓練を実施しました。訓練のあとはプリンスハイツ自治会の用意した炊き出しの試食も行われました。



また、今回は支えあいネットワーク子育て分科会も参加して、100 円防災グッズの紹介展示や防災ケーキの試食などを行いました。

このほか、10月18日に本郷富士見ヶ丘自治会で、11月14日に鍛冶ヶ谷町内会で、11月15日にラーバン港南台自治会で、11月21日に元大橋町内会と若竹町内会で防災訓練、安否確認訓練などが実施されました。



### ボランティア交流会・研修会が開催されました

平成 27 年 11 月 16 日 (月)、中野地域ケアプラザにおいて、本郷第三地区支えあいネットワークボランティア分科会(代表：関由利子さん)主催の「ボランティア交流会・研修会」が開催されました。

前半の交流会では、9つの活動団体(子ども広場モーリーズ、みんなの広場たけのこ、ぐるーぷ・なのはな、配食グループこだま、いきいき健康づくり、鍛冶ヶ谷ローレル地区ふれあいサロン、プリンス会館おしゃべりサロン、中野・富士見ふれあいサロン、なでしこサロン)の活動報告が行われ、それぞれに対して活発な質疑応答がされました。

後半の研修会では、「認知症予防の筋力トレーニング」と題して、地域講師として活躍されている関妙子さんの指導で、参加者全員が自身の体力向上を目指すとともに、サロンなどで簡単に広められる体操を習得することを目的として筋力トレーニングを体験しました。

脳の血流不足は認知症の大きな原因のひとつで、予防のためのトレーニングの重要性を体験を交えて実感しました。



# 平成 27 年度「慶寿会」が開催されました

招待者 194 名 来 賓 25 名 スタッフ 80 名

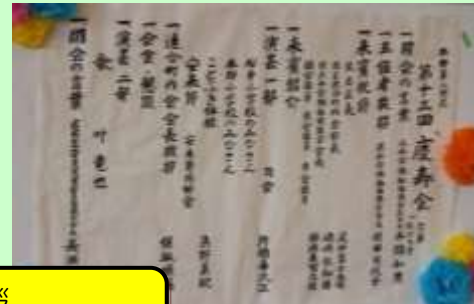
11月1日(日)、本郷小学校体育館において平成27年度の「慶寿会」が開催されました。

本郷小学校、桜井小学校のみなさんの歌と踊り、安来節保存会の踊りやことぶき体操を参加者全員が楽しみました。

おいしいお弁当をいただいたあとは、プロ歌手の叶竜也さんの歌唱で一層盛り上がりました。参加の皆様から「今年もとても楽しかったです。」という声が聞かれました。



開会挨拶  
村田地区社会福祉協議会会長



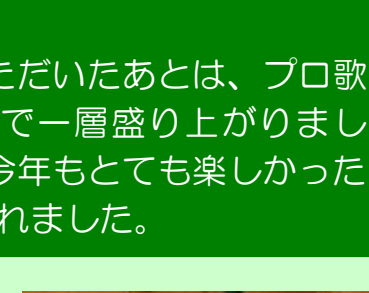
来賓挨拶 前田栄区福祉  
保健センター担当部長



日浦栄区社会福祉  
協議会会長



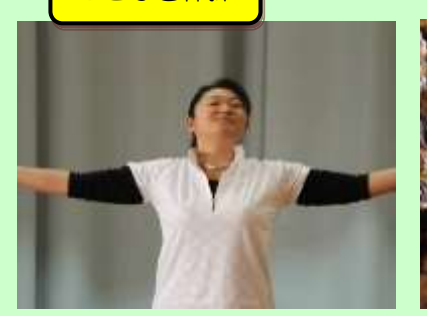
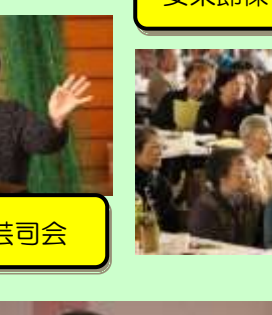
磯崎栄区連合  
町内会会長



来賓のみなさん



本郷中学校ボランティア



ことぶき体操

保坂本郷第三  
連合町内会会長



安来節保存会

演芸司会

叶 竜也さんの歌

閉会挨拶 長瀬民生  
児童委員協議会会長