

生涯現役情報ステーション かわら版第33号



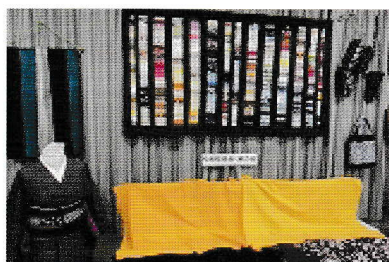
2018.7月発行
生涯現役情報
ステーション
ひだまり友遊会館
4・7・10・1月発行

ホームページ [生涯現役情報ステーション](#) → 検索

海開き、山開きのニュースに心躍る季節となりました。皆様にはお体お変わりなくお過ごしでしょうか。さて、7月以降も会館では皆様楽しんで頂ける企画を準備しておりますので、ぜひご参加いただければ幸いです。4ページをご覧ください。

敬老週間行事のご案内

毎年恒例の敬老行事を下記の日程にて行います。普段会館をご利用いただいております団体の皆様の作品展・演芸会等日頃の腕前を発表する良い機会ですので、是非ご参加いただければ幸いです。参加受付は7月1日(日)からとなります。



日程:9月16日(日)・17日(月/祝)

また、「生涯現役情報ステーション」に於きましても、ご来場の皆様楽しんで頂ける企画を用意してお待ちしております。

夏休みも近くなりました。楽しい計画を立てる参考になればと「せたがやふるさと区民まつり」と川場村、区の保養所などの案内をします。またクールシェアのお休み処もご利用ください。地図も有ります。

●第41回せたがやふるさと区民まつり

「みつけよう ころろのふるさと ひろげよう ころろのふれあい」をテーマに、「ふるさと世田谷」でともに暮らす人々の連帯感や郷土に対する愛着心をたかめることを目的として区民まつりを開催いたします。なお区民まつりは、平成28年まではJRA馬事公苑にて開催しておりましたが、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の会場となる影響により、平成34年まで使用できないため、当面、世田谷区民会館、世田谷区役所中庭、若林公園にて開催する予定です。

日 時 平成30年8月4日(土)～5日(日)

両日とも午前11時～午後9時

場 所 世田谷区民会館、区役所中庭、若林公園

催し物 ステージ披露、ふるさと物産展など盛り沢山



中庭の催事(昨年の様子)

夏休みを楽しく過ごすためご利用ください

世田谷区民健康村

群馬県川場村のご案内

世田谷区と川場村は”健康村づくり“に取り組んでいます。群馬県川場村は四季折々の自然豊かな田園風景が残る世田谷区民の「第2のふるさと」です。相互協力協定(縁組協定)を結んでから37年目を迎えました。

☆健康村のご案内

宿泊施設 「ふじやまビレジ」「なかのビレジ」

宿泊料

大人～中学生以上4,760円(11,160円)から

小学生3,560円(8,560円)から

※()内は区内在住・在勤・在学以外の方の料金

※ふじやまビレジは入湯税150円が別途必要

☆交流事業・健康村の楽しみ方 ※()実施月

・里山塾 体験教室、養成教室(10月・11月)

・日帰りバスツアー(9月・10月・11月)

・ふるさとパック【川場村発 旬の農産物直送便】

リンゴ(7月～10月)、梅干し・梅漬け(8月)、

乾燥芋セット(11月)、雪ほたか米(通年募集)

詳細は区のお知らせ、世田谷区民健康村プレイガイドをご覧ください。

申込み・お問合せ

世田谷区民健康村予約センター

〒378-0101 群馬県利根郡川場村谷地1320

☎ 0278-52-3311 FAX 0278-52-3313

ホームページ <http://www.furusatokousha.co.jp/>

見どころ お買い物

●川場村 歴史民俗資料館

旧川場尋常高等小学校を移築改修した資料館

●道の駅「川場田園プラザ」

お土産、新鮮な農産物のお買い物ができます。



世田谷区指定・協定保養施設のご案内

(利用期間:平成30年4月1日～31年3月31日)

指定保養施設とは区が料金の一部を助成することで世田谷区民が一般料金より安価でご利用いただける民間の施設です。関東近郊に16施設、沖縄県宮古島市に8施設あります。

助成を受けられる方 世田谷区民のみ。

利用にあたって 利用は全施設を通じて上記利用期間内4泊までです。

利用方法

- ① 電話で予約:直接各施設に電話予約する。その際、世田谷区民であることを伝える。
- ② 利用券を申請:各出張所、各まちづくりセンター、二子玉川分室、烏山総合支所区民・戸籍係、区民健康村・ふるさと交流課(区役所内)
- ③ 宿泊:利用券を必ず持参すること。

協定保養施設 19施設(かんぽの宿を含む)

利用にあたって

- ① 電話で予約:直接各施設に電話予約する。その際、世田谷区民であることを伝える。
 - ② 宿泊:予約後、当日直接施設にお出かけください。※指定保養施設のような助成はありませんが一般料金より割引された料金です。
- お問合せ せたがやコール 03-5432-3333
(平成30年度指定・協定保養施設のご案内より)

プールのご案内

○ 総合運動場温水プール 9時～21時

TEL 3417-0017 FAX 3417-0013

世田谷区大蔵4-6-1

○大蔵第二運動場屋外プール 9時～17時

TEL 3416-1777 FAX 3416-1777

世田谷区大蔵4-7-1

○千歳温水プール 9時～21時

TEL 3789-3911 FAX 379-3912

世田谷区船橋7-9-1

○世田谷公園プール TEL 3411-6519

○玉川野毛公園プール TEL 3702-4996

公園プールは開設期間のみ

○学校開放プール 太子堂中学校温水プール・玉川中学校温水プール・烏山中学校温水プール・梅丘中学校温水プールもあります。

(せたがや便利帳より)

活動団体の紹介

新期会員募集中!

共有・発信続ける世田谷健康マイスターズ

本会は、がやがや館と保健センター共同企画で開催された「健康マイスター講座」の修了者が立ち上げ設立4年目になりました。

「がやがや村祭り」やひだまり友遊会館の「演芸会」にも出演しています。会員の経験や知識などを披露し互いに先生になったり生徒になったりして、心身の健康に役立てることをモットーに活動しています。昨年度は区の「健康づくり活動奨励事業」企画コンペで選ばれ助成金を頂き第1回「メダカの学校」を開校し、延べ116人の参加を見ました。定期活動はひだまり友遊会館で毎月第1、第3月曜日の午後です。今後も発信続けて行くつもりです。関心のある方気軽に覗いてみてください。いつでも入会を歓迎しています。

次回メダカの学校に関する情報は 本紙4頁又は10月号、その他は ひだまり友遊会館情報ステーションに7月より展示します。

連絡先 (03)3422-5606

世田谷健康マイスターズ 代表 鈴木勝久



当館の敬老週間催事出演のメンバー

いなせなおやじ塾の紹介

正式名称は“世田谷いなせなおやじ塾”。平成12年4月に設立され、世田谷区内に在住・在勤している方々が中心で現在会員(塾員)は16名です。

男性でおやじで“いなせ”である事が入塾の条件で、年齢・職業・社会的な地位や資格は不問です。

会費は無く(徴収せず)、明文化された“会則”は有りません。

主な活動としては、

- ① 世田谷区のイベントに参加、協力し、模擬店を出店しています。
- ② 毎年3月に世田谷区と姉妹提携をしている新潟

県十日町市松代で開催の現地雪祭りに参加し同市と世田谷区との交流に貢献しています。

- ③ 毎月第二金曜日に“定例会”を開催し、独自に塾員での旅行等の年間活動の実行計画を協議しています。

ご興味のある方々の入塾を募集中です。

連絡先は当団体の求人(ぐんど)部会長 清志凡 090-1044-9537 sestsivom@yahoo.co.jp まで。

世田谷区保健センター健康情報紙「げんき人」

7月号 特集:男性グループ紹介について

当センターでは健康情報紙「げんき人」を3・5・7・9月に発行しています。今回7月1日号では「俺たちの居場所をつくろう!」と題して、男性のみで構成されたグループで健康づくりのための体操を中心に行い、交流を深め、地域活動に参加されている方々を紹介しています。

グループに所属された方の多くは、以前まではご近所のことはほとんど知らずに過ごしていたようですが、参加するようになってから、「道で挨拶を交わす知り合いができた」「飲み友達が出来た」「祭りや見回りなどの地域活動にも参加できた」「生活にメリハリができた」との声をいただいています。

グループへの参加をきっかけに輪が広がり、体づくりだけでなく、生活のサイクル、地域とのつながりを持っていきいきと活動されています。

世田谷区立保健センター
健康情報紙 げんき人 94
平成30年(2018年)5月1日発行
<http://www.seitama-ku-hoken.com/genkinjin/>

あなたの身近な地域で健康づくりははじめませんか?
せたがや健康のつどい in 烏山
6月14日(土) 午後2時~4時
会場: 世田谷区保健センター(世田谷区世田谷4-1-1)
会場: 烏山地区長会館集会所(5階) 世田谷区烏山1-2-15

20分しか行けど、からだが変わるエクササイズ
筋肉や脂肪量がわかる!!
心と身体のげんき度チェック & 食事情報コーナー
地域活動団体情報コーナー
ゆる〜り走れば速くなる〜マラソンを始めたいあなたへ

公益財団法人 世田谷区保健センター発行
「げんき人」隔月発行 皆様の健康案内PR誌
各種体操教室・検査・相談ご利用ください。

～ひだまり友遊会館のご案内～

◆いにいな会の映画サロン◆

- 7月13日(金)『アンデルセン物語』
- 7月27日(金)『ランプの貴婦人(ナイチンゲールの生涯)』
- 8月10日(金)『イミテーション・ゲーム』
- 8月24日(金)『僕達急行 A列車で行こう』
- 9月14日(金)『おとなのけんか』
- 9月28日(金)『火垂るの墓』(実写版)

時間 13:00から 参加費 300円(お茶 お菓子付)



◆美術を楽しむ講座

共催:いにいな会

第九部 世界の巨匠たち～天才画家の真髄に迫る～

講師:谷岡 清

第1回 7月23日(月)

オーギュスト・ロダン

～「考える人」「青銅時代」「接吻」等、正確な人体表現で日本でも圧倒的な人気の彫刻家。人体の型取り疑惑や、若い女弟子とのスキャンダルなど、当時から話題の中心。

第2回 8月27日(月)

エドワール・マネ

～印象派の先駆者として、モネやルノワールたちの尊敬を集めた画家。「草上の昼食」「オランピア」など、大胆なヌードをサロンに出品。保守的な画壇は大騒ぎとなる。

第3回 9月10日(月)

クロード・モネ

～1872年に発表した「印象・日の出」は印象派の幕開けとなった重要な作品。浮世絵を愛し、自宅の庭に睡蓮の庭園まで造り、睡蓮の連作は生涯の代表作となった。

定員:60名(先着順) お好きな回に自由に参加できます。

◆世田谷区シルバー人材センターだより◆



シルバー会員大募集！
シルバーで仕事してみませんか。
同好会もあります。年会費は1000円。
入会説明会は毎月開催(要予約)。
区立自転車等駐車場、児童の通学路見守り。人手が不足しています！

世田谷区シルバー人材センター TEL:03-3426-9211

◆ひだまり歴史講座◆

共催:いにいな会

第一部 ヨーロッパの魅力探訪① 全10回



講師:伊藤 寿



7月はお休みです

第4回 8月18日(土)

ルネサンス誕生とフィレンツェ

第5回 9月15日(土)

太陽王ルイ14世とヴェルサイユ宮殿

第6回 10月20日(土)

ハプスブルグ家とマリア・テレジア

時間 13:30～15:30 参加費 300円

◆歌声inひだまり

日程:8月2日(木) 10:30～12:00

歌声リーダー:小川圭一 伴奏:片岡幸江

参加費:200円

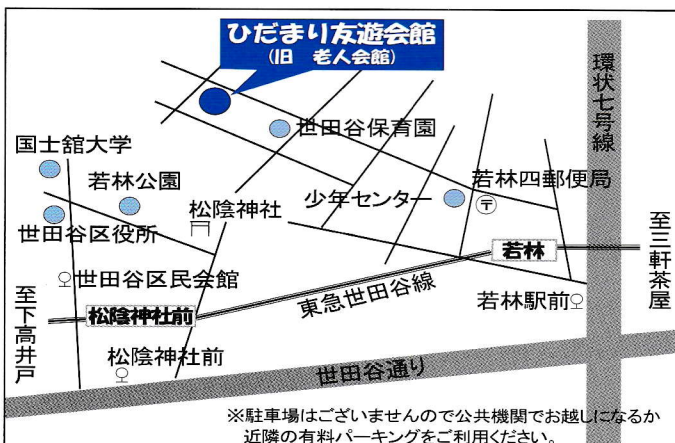
今後の予定:11/8-2/7 いずれも木曜日

◆第2回「メダカの学校」開催

予定 時間 午前9時30分～12時 ひだまり友遊会館にて

予定	時間	内容	備考
2018年 ①10月27日		骨盤周りを鍛えるための 4週間プログラム	タマゴで 盆栽をつくってみよう
②11月24日	土曜日	アンチエイジングのための食術	塗り絵で私だけのカレンダー
2019年 ③2月23日		火山と地震の島 日本列島 ～2億年の歴史とその未来～	自分で作るタマゴの雛人形
④3月23日		脳と体のストレッチ (マット使用)	備えあれば憂いなし...? 3.11を忘れない

○毎回、花とお茶での癒し&交流タイムを設けます。「口腔体操」「呼吸体操」なども行います。
○担当:画家、元大学教授、元企業戦士、元教師、生涯大学OBOG、管理栄養士、健康運動指導士など



ひだまり友遊会館 世田谷区若林4-37-8
TEL:3419-2341 FAX:3413-9444