

協働通信

**東桂地域協働のまちづくり
「健康クラス会」主催
クリスマス会が開催されました**



■市地域包括支援センター職員による講演

12月17日(月)11時～15時まで、東桂地域コミュニティセンターにおいて、東桂地域協働のまちづくり「健康クラス会」によるクリスマス会が開催されました。

健康クラス会は、地域の高齢者の健康づくりのために、クリスマス会を含め、お花見会や納涼会、体力測定など年間6回のイベントを開催しています。

クリスマス会には64名が参加し、午前中は、市地域包括支援センター職員による「認知症の気づき方と接し方」の講演がおこなわれ、講演後は介護保険や物忘れ相談、バリアフリーに関する質問が出されました。

昼食をはさんで午後からはみなさんが楽し

▽都留市まちづくり
市民活動支援
センター
都留市上谷2-1-15
都留市役所
新町別館1階
▽開館
月～金(祝日除)
8:30～17:15
▽問い合わせ先
mail: shien@city.
tsuru.yamanashi.jp
☎(46)5236
FAX (46)5237

みにしていたビンゴ大会が開催され、続いて、健康クラス会の伊藤会長が紹介する「グーパー運動」や「一人ジャンケン」などの健康体操を行いました。伊藤会長は実際にこれらの運動を実践し、物忘れが改善されているとおっしゃっていました。クリスマス会は、和気あいあいと大変盛り上がりしました。



■健康体操の様子



■ビンゴ大会の様子

**谷村地域協働のまちづくり
ふるさと発見実行委員会主催
「除夜の鐘聴き比べ大みそか
ウォーク」が開催されました**

12月31日(月)23時30分～谷村地域協働のまちづくり・ふるさと発見実行委員会(志村浩哉委員長)による「除夜の鐘聴き比べ大みそかウォーク」が開催されました。

普門寺に集まった参加者のみなさんは、住職から除夜の鐘の由来の説明を受けた後、順に鐘をつきました。

その後、長安寺、専念寺、西涼寺でもそれぞれが鐘をつき、各寺の鐘の音の違いに耳を傾けました。

主催者によると、次回は、鐘の音の録音や分析も検討しているそうです。



参加した都留文科大学2年花山泰裕さんは、「都留は多くの寺院があるのが特徴的で、市民が寺院を身近に感じ、寺院に対する意識が高いように思います。鐘の音色は、鐘そのものの構造だけでなく、周囲の環境の違いも影響していると感じました。今回一緒に参加した中国人留学生たちも、参拝客で賑わう寺院で市民に交じって除夜の鐘をつく貴重な体験ができ、とても喜んでいました。」と話していました。



地域のお知らせ

谷村地域

夢実現ひろば

「心も体も元気がイチバン!!その秘訣を学びます」

日時 2月28日(木)

13時30分～15時30分

場所 ふるさと会館3階

第1・第2研修室

内容 音楽にのせた健康体操や懐かしのメロディーの合唱など