

夏まつり 楽しかった盆踊り・模擬店で

午前中の雨もすぐ上がり、準備万端整い、午後4時開場とともに沢山の参加者が小学校グラウンドへ、ゆか



た姿も多く見られました。

幼稚園児のおみこし、小学生によるキッズピクス・芥見東ソーランとプログラムは進み、模擬店販売開始、ビンゴゲームと祭りは最高潮・・・。

盆踊りの輪も今年はたくさん踊り手で大きく膨れ上がりました。 □■



配布

大洞

4-82

東山

4-52

北山

38-361

コモン北

5-88

桜台

23-334

桜市

40-298

柏台

31-331

柏市

26-214

桐丘

23-196

桐市

6-41

紅葉

21-269

紅市

16-127

桜2P

1-27

計237

/2420

ボランティア募集 ぎふ清流国体・清流大会

一ぎふ清流国体推進局長・武藤鉄弘さん(元北山支部長) 来年、第67回国民体育大会「ぎふ清流国体」と第

12回全国障害者スポーツ大会「ぎふ清流大会」が開催されます。



(ボランティア活動の写真イメージ)

私は両大会の成功に向けて、みんなと共に開催準備をしています。両大会を成功に導くためには、多くの県民の皆さんの支えが欠かせません。

そのため、両大会の運営を支えていただく運営ボランティアを募集しています。

ぜひご参加いただき、一緒に両大会を作り上げていただけませんか。

- ①募集人数:5300人
- ②活動内容:会場での受付・案内や美化など
- ③活動時期:2012年6月、9月～10月(1日単位参加可)
- ④申し込み:登録申込書に必要事項を記入の上、同実行委員会事務局へ郵便かFAXで
- ⑤問合せ先:同実行委員会事務局総務企画課

☎058-272-8821 □■

究極のエコ なるべく使わない工夫を!

一桜台市営支部長・正島 寛さん

私 生まれて初めて支部長という役を任されて早5ヶ月、日々苦労またいろいろな問題に直面し、今までにない生活を送っています。

最近よく耳にするエコについて私なりに少しお話をさせてもらいます。

エコに関心を持ちだしたのは1～2年前。当時エコポイントというのがあり、終了するまでにエアコン、液晶テレビ、冷蔵庫などを順番に購入しました。

もちろん消費電力などを一番に比較し機種を決めました。また東日本大震災以降さらに関心が高くなり、照明関係はもとより懐中電灯迄LEDに変わっていきました。今年は、扇風機がなかなか手に入りません。

子供の頃はラジオと裸電球だけでそれなりの生活をしていました。究極のエコはなるべく使わないように工夫して生活することではないかと思います。 □■

☆今年で「最後」の「バザー」を開催します。

日時:10月7日(金)

10時

場所:

岐阜市立大洞幼稚園(岐阜市立藍川東中となり)

☎241-1534

*「こうしては？」のご意見や話題・知恵・要望などを、ご連絡先を付して東公民館ポストまでお寄せください

みどりっこバス ご乗車20万人を達成！

一コミバス運営協議会事務局長・山田 正行
「みどりっこバス」が、この8月16日に岐阜市人口の約
半分、20万人の皆様にご乗車頂きました。



20万人達成記念式典
を8月20日、成原副市長、玉田県議などの来賓をお招きし、バロー駐車場で開催しました。

芥見東ソーランで幕を開け、20万人目の長屋さん、前・後賞の松岡さん、東さんの三人に記念品を贈呈し、くす玉開きで幕を閉じました。

今後皆様井戸端会議の場と安全に目的地へ移動できる「みどりっこバス」であり続けます。ご乗車ありがとうございました。

バスから一言・・・「今日も重かったけど面白い会話がいっぱい聞けたな～、みんな元気に明日も乗ってね～」



健康法 やる気 + 本気 ⇒ 元気

一芥見東自治会連合会理事・丹羽 堯庸

健康法にはいろいろありますが、ウォーキング・ラジオ体操・硯石散策などから始めたらどうでしょうか。

また、「病は氣から」といいます。プラスの氣(元氣、やる氣)を出しましょう。身体が動かなくなる前に、積極的に身体を動かして、生甲斐(趣味・ボランティアなど)に繋げる健康法を作りましょう。



1. 慈顔温容: 「くよくよしない・まあいいか」といった、ストレスを貯めない柔らかい脳の使い方をする
2. 呼吸法: 中国では「万病一元血の汚れにあり」と云われています。呼吸法で綺麗な血液に
3. 運動: 正しい姿勢で行う
筋 トレ: 転倒予防効果(第2, 4土曜・東公民館)
柔軟性: 老化予防効果
俊敏性: とっさの対応に効果
持久力: コソコソ、まめに動ける体力作り
4. 日本食: 穀物:野菜:肉類=4:2:1の割合でバランスの良い食事を摂る



定期的な人間ドックと健康法で、元気に敬老会出席をめざし、今日から出来ることを始めましょう。 □■

身近な相談支援者 民生委員とは？

一芥見東民生児童委員協議会長・箕島 信子さん

民生委員(児童委員を兼務)とは、安心して相談できる地域のボランティアです。芥見東地区では16名(うち主任児童委員2名)が活動しています。

主な活動は、行政とのパイプ役、見守りや訪問を通して、地域での生活上の問題、家族の問題、高齢者の悩み、介護に関すること、子育てに関する事など、福祉に関するあらゆる相談に応じ、助言や情報提供などを行っています。また、東部ふれあい保健センターや地域包括支援センター東部とも連携しています。

主任児童委員は、児童福祉を専門に18才までの子どものことにつき相談に応じ、助言・支援を行います。

民生委員は守秘義務があり、相談内容や秘密を守ります。これからも心配事をお手伝いしながら、住み慣れた地域でずっと安心して暮らしていけるよう、皆さんの立場で親身でありたいと思っています。 □■

お盆の行事 楽しくもあり、哀しくもあり

一大洞支部・堀 将さん

宗旨によりますが、大洞ではお盆の伝統行事が今も行われています。

お盆には、ご先祖様の精霊が家に戻るとされ、8月13日の夕刻には、精霊が家に帰るのに道に迷わないようにと皮を剥いだ麻の茎で火を焚き(迎え火)ご先祖様をお迎えします。

ご先祖様には、花や野菜、果物などをお供えし、お盆の三日間をゆっくり過ごして頂きます。

お盆が終わる8月15日の夜には、ご先祖様があの世へ帰られます。帰路、道に迷わないようにと送り火を焚きながら、飾り物や供物を山田川に流し(精霊流し)ご先祖様を再びあの世に送り出すのです。

迎え火を焚いて故人を迎え入れ、故人を偲び、やがて別れの送り火と精霊流し、なにか楽しくもあり、やがてもの哀しい、そんなお盆でした。 □■



=山田川左岸「あかり」前=