

市民記者が行く！ 広報サポーター レポート

音楽に合わせて、体を動かす カラオケ健康体操



広報サポーター
小澤幸子さん
(吉良町)

歌と音楽には「不思議なチカラ」がある――
市内の各地域包括支援センターが実施するシルバー元氣教室は、いつまでもいきいきと自分らしく過ごすため、心身の衰えを予防・回復するための教室です。65歳以上の方が参加でき、月2回、健康体操や体力測定、レクリエーションを行っています。



前方のモニターにカラオケの映像などが流れる

今年度から、教室のメニューに音楽健康指導士による「カラオケ健康体操」が追加されました。カラオケの機材を使用した音楽に合わせて楽しく体を動かす体操で、健康の維持や心と体の機能改善が期待されています。高齢者の介護予防と生活機能の改善に役立てようと、全国的に広がりを見せています。

8月21日、地域包括支援センター吉良幡豆が実施するシルバー元氣教室西幡豆会場のカラオケ健康体操を訪問しました。参加者は22人。会場の前方には、体操で使うスクリーンが設置されています。教室が始まる前か

ら昔懐かしい歌謡曲が映像と一緒に流れ、集まった方たちは楽しそうに口ずさんでいました。

体操は、講師の楽しい会話でスタート。音楽とスクリーンの映像に合わせて、準備体操で体のコリをほぐします。体操は、脳トレやコグニサイズを取り入れたものなどさまざま。カラフルなポンポンを両手に持ち、歌謡曲と一緒に歌うと、少し恥ずかしいがっていた様子の男性もいつのまにか笑顔になっていました。自分の体調に合わせて無理のない範囲で、一生懸命に体を動かす参加者の皆さん。休憩時間も隣の方と会話を楽しむなど、とても楽しい雰囲気でした。最後には口々に「楽しかった」と笑顔で感想を話してくれました。

「楽しくなければ運動は続かない。音楽を楽しみながら体を動かせるカラオケ健康体操に、どんどん参加してほしい」と講師。歌と音楽には、どんな人も自然と笑顔にさせてしまう力があります。シルバー元氣教室は市内24か所で行われています。ぜひ近くの会場で参加してみたいかがでしょうか。長寿課地域支援事業担当（☎65・2120）またはお住まいの地区の地域包括支援センターにお問い合わせください。

「楽しくなければ運動は続かない。音楽を楽しみながら体を動かせるカラオケ健康体操に、どんどん参加してほしい」と講師。歌と音楽には、どんな人も自然と笑顔にさせてしまう力があります。シルバー元氣教室は市内24か所で行われています。ぜひ近くの会場で参加してみたいかがでしょうか。長寿課地域支援事業担当（☎65・2120）またはお住まいの地区の地域包括支援センターにお問い合わせください。



ポンポンや紙皿で作った「笠」を持って行う体操も。懐かしい曲が流れると自然と笑顔に



広報サポーターは、公募により選ばれた市民記者です。これからも市民の目線で、市内各地のイベントなどを取材していただきます。

地域の子どもは地域で守ろう！

幡豆小学校区
地域で子ども守ろう運動



「幡豆小学校区 地域で子ども守ろう運動」は、児童の見守り下校をきっかけに平成17年6月に地元有志で設立され、今年で14年目を迎えます。設立当初はボランティアによる自主防犯組織は珍しく、大変注目されました。当団体の発足が、近隣校区での防犯ボランティア設立のきっかけになったといわれています。メンバーは老人会を中心に100人弱。「地域の子どもは地域で守ろう！」「安心・安全な幡豆小学校区を作ろう！」をスローガンに、通学路の点検や不審者対策、交通安全の啓発などを行っています。毎月第3木曜日には、子どもたちの下校に付き添い、安全確保に努めています。各学期末には決起集会を開催し、学期の反省やスローガンの唱和で士気を鼓舞しています。

子どもたちが、毎日元気に笑顔で学校に通うことが私たちの願いです。これからも「地域の子どもは地域で守ろう！」の精神を忘れずに、地域一丸となつて子どもたちを見守っていきましょう。

問 山本（☎62・3223/西幡豆町）

このコーナーに登場してくれるサークル・ボランティア団体を募集しています。詳しくは、秘書課広報担当（☎65・2159）へ。



ことこ
太田 琴子ちゃん
(一色町)

平成28年10月生まれ
気が強くてたくましい
琴子。今のまま自由に
生きていってね。



ゆうや
宮地 佑弥くん
(寺津町)

平成28年10月生まれ
トーマス大好き佑弥くん☆
ゆうくんの笑顔で
みーんな幸せ♡



ちひろ
遠藤 千尋くん
(須脇町)

平成28年10月生まれ
いつもはおもしろ変顔
ちーくんだけど、今日
の顔はどんな顔かな？



あめね
堀田 栗音ちゃん
(田貫四丁目)

平成29年3月生まれ
元気いっぱい、たくま
しいあめちゃん☆
いにと仲良くしてね♡



かなた
杉浦 叶多くん
(一色町)

平成28年10月生まれ
兄ちゃんのまねっこが
大好き♡わが家の癒やし
系♡元気に育ってね。



ひかり
永井 ひかりちゃん
(吉良町)

平成29年6月生まれ
はじける笑顔がとても
かわいいぴかちゃん♡
すくすく大きくな～れ。



りん
佐々木 凜ちゃん
(錦城町)

平成29年1月生まれ
パパとママの大切な凜
ちゃん♡お姉ちゃんと
仲良く元気に育ってね。



しんぼ
近藤 新羽くん
(善明町)

平成29年3月生まれ
強くて優しい子になつ
てね♡ 大きくなあれ。
大好きよ♡

キ
ツ
ズ
ア
ル
バ
ム

西尾市史ニユース 22

美術工芸品の調査風景

岩瀬文庫学芸員 村瀬貴則

美術工芸・建造物部会では、建造物の他、掛軸・仏像など市内の美術工芸品の調査を続けています。調査対象はさまざまですが、今回は比較的調査回数が多い、寺での掛軸の調査と写真撮影について紹介します。

調査メンバーは、専門の調査員とカメラマン、市史担当学芸員です。寺に着くと、重いカメラ機材を調査の部屋（主に本堂）に運び入れます。次に、内部の配置や外光の入り具合を見て撮影場所を決め、掛軸用の台や照明を設営していきます。一つとして同じ配置の部屋はないため、毎回臨機応変に対応します。被写体は微妙なゆらぎも許されないのです、エアコンを消し、窓を閉め切ります。余分な外光を入れないよう暗幕を張って、撮影用ライトで照らします。そのため、7月の厳西寺（今川町）での調査は暑くて大変厳しいものになりました。汗が大量に出ますが、それでも大切な寺宝を汚さないよう慎重に扱います。

このようにして撮影した写真（画像データ）は、とても良く仕上がっていて細部まではっきりと見ることが出来ます。現物の調査は写真撮影と並行して行います。調査員は、細部まで観察し、ノートに所見を記したり、制作年代や表現技法、図像解釈について調査員同士で意見を交換したりします。

以上のような調査活動を経て、市史では精細な写真と、詳細な調査成果を掲載したいと思っています。



調査、撮影の様子

関市史編さん室（☎56・6660／岩瀬文庫内）

月刊!! スポーツにしお

Vol.43

ゲートボールを楽しもう

日本発祥のスポーツ「ゲートボール」。子どもが気軽に楽しめる遊びとして考案されたのがはじまりです。ゲートボールはお年寄り向けのスポーツと思われるがちですが、今や世界中で幅広い世代の方がプレーしています。西尾市ゲートボール連盟はゲートボールを通じ、健康維持や仲間とのコミュニケーションを図るため、市内各地で活動しています。

競技は5人対5人のチーム対抗で行います。ボールに書かれた数字の順にボールを打ち、コート内にある第1から第3のゲートを順番にくぐらせ、最後にゴールボールに当てます。ボールがゲートを通過すると1点、ゴールボールに当てると2点の得点が加算され、30分のゲームの中で合計得点の多いチームが勝ちとなりますが、そこには緻密な戦略が必要です。ゲートを通じた後、どこにボールを置くか、相手のボールをどう防御し、味方をどうサポートするかがポイントになります。戦況を

見ながら戦を立てなければならぬ「知的スポーツ」なのです。

ゲートボールは男女、年齢を問わず、同じコートでチームメートとして一緒にプレーできるスポーツです。チーム全員で協力して勝利を目指すところや、仲間と喜びを共有できるところに面白さがあります。和気あいあいと楽しめ、交流や親睦を深められるのも魅力です。

西尾市ゲートボール連盟では、室場ふれあいセンター隣接のゲートボール場で、4月～11月の毎週水曜日と土曜日の午後7時～9時にナイター練習をしています。興味のある方は、一度見に来てください。



関西尾市ゲートボール連盟 杉浦（☎52・2619／下羽角町）
スポーツ課振興担当（☎54・0002／総合体育館内）

西尾市のデータ

■人口



	9月1日現在	前月比
男性	87,202人	+27人
女性	84,849人	-22人
計	172,051人	+5人
世帯数	64,120世帯	+65世帯

■交通事故の状況



	人身事故 件数	死傷者	
		死者	死者
8月	68件	86人	0人
30年累計	467件	586人	3人

■犯罪発生状況



	刑法犯総数	侵入盗	特殊詐欺
8月	70件	9件	2件
30年累計 (被害総額)	545件	79件	7件 930円

■消防の状況



	火災	救助	救急
8月	9件	2件	694件
30年累計	44件	25件	4,700件

今月の表紙

野口要二さん(小間町)に応募していただいた作品です。写真は夕暮れ時に名鉄三河烏羽駅で撮影されたもの。鉄路を行く赤い電車に力強さを感じる一方、どこか哀愁漂う1枚です。応募写真の掲載は、にしがま線愛用者のとっておきの写真を特集に盛り込み、市民参加による広報紙を作ろうとする初めての試みです。

編集雑記

今号の特集は私たちにとって最も身近な電車「にしがま線」。市民の皆さんの「とっておきのにしがま線」写真を掲載しています。市内を走る赤い電車をさまざまな角度で捉えた写真はどれも素晴らしく、カラーで紹介できないのが残念。皆さんもぜひにしがま線に揺られながらのんびりと出掛け、沿線で自分のとっておきを見つけてください。車窓から眺める景色は普段とは違い、とっても新鮮。こどもの国駅～西浦駅間が、特におすすめです。(な)

スクールスマイルショット

School Smile Shot

●寺津中学校

8月13日・14日、寺津地区のふれあい盆踊り大会に生徒有志が参加しました。地元のイベントを盛り上げようと、法被姿で「寺中ソラン」を披露。力強い踊りで会場を沸かせていました。



●鶴城小学校

9月6日、上町地内の田んぼに5年生がかかしを設置しました。米作り体験活動の一環として行われたもので、工夫を凝らした力作のかかしがずらり。児童は思いを込めて丁寧に設置していました。



●一色東部小学校

9月9日、校区防災避難訓練が行われました。全校児童や保護者、地域住民など総勢800人が参加。児童は通学団に分かれて通学途中の危険箇所を確認し合うなど、防災への意識を高めていました。



【西尾市役所】

URL (パソコン) <http://www.city.nishio.aichi.jp/>
(携帯電話) <http://www.city.nishio.aichi.jp/mob/>

E-mail nishio@city.nishio.lg.jp

■本 庁 ☎0563・56・2111 (代表)
〒445-8501 西尾市寄住町下田22

■一色支所 ☎0563・72・7111 (代表)
〒444-0492 西尾市一色町一色東前新田8

■吉良支所 ☎0563・32・1111 (代表)
〒444-0596 西尾市吉良町荻原川畑20

■幡豆支所 ☎0563・62・5511 (代表)
〒444-0798 西尾市西幡豆町仲田14-2



バーコード対応の携帯電話などで読み取ると「モバイル@西尾市役所」が閲覧できます。