

会報  
第74号

# 星陵ふれあい

星陵台ふれあいのまちづくり協議会 令和3年12月1日発行 広報調査部編  
〒655-0038 垂水区星陵台7丁目5番3号 星陵台地域福祉センター内 TEL・FAX (078) 783-8988  
ホームページ：<http://www.seiryodai-furemachi.com/>

## 事業運営部 第21回星陵ふれあい文化展

### すばらしい作品を展示

11月6日(土)～7日(日) 来場者数：232人 出展者数：79人 作品数：165点

昨年同様に新型コロナウイルス感染防止に努めながら、今年も地域の皆さん方の力作・大作を展示しました。出展者数、出展作品数はほぼ昨年並みでしたが、すばらしい作品が数多く出展されました。

出展作品

来場の皆さん



# ながりを

月～11月)

## 防犯防災部



### 市民防災リーダー養成研修

9月12日(日) 9:30～11:00

参加人数: 星陵台防コミ: 2人

場 所: 星陵台地域福祉センター

本年は、コロナ禍の影響を受け消防署による集合研修は中止され、DVDを使用した自主研修に変更されました。

受講者は消防署により「市民防災リーダー」に認定を受けました。

\*\*\*\*\*

## 施設環境部

### クリーン作戦

6月14日(月) 9:00～10:00 参加人数: 43人

今年度1回目のクリーン作戦を行いました。沢山の方の参加で、街の美化に取り組みました。



## 地域合同防災訓練

10月26日(火) 10:20～11:20

参加人数: 星陵台防コミ: 10人、舞子台防コミ: 7人、  
東舞子小学校6年生: 175人、垂水消防署: 8人、  
垂水消防団垂水北分団: 2人、舞子台ホーム: 1人

場 所: 市立東舞子小学校

例年9月の訓練が今年はコロナ禍のため10月の開催となりました。6年生を4班に分け、バケツリレー消火、水消火器での初期消火、応急担架作りと搬送、車イスによる搬送訓練の指導を行いました。

児童は秋空の下、熱心に訓練に取り組み、災害が発生したとき、自分たちも出来ることを学びました。



水消火器による初期消火



毛布を利用した応急担架作りの説明



## 福祉対策部

### 健康体操 (毎月第2火曜日)

10月12日(火) 10:30~11:30

参加人数: 35人

講師: 蝶野美香先生

マスクを付けて途中、深呼吸や水分補給の休憩をとりながら、フレイル防止体操を行っています。



### 笑いヨガ教室 (毎月第4火曜日)

10月26日(火) 10:30~11:30

参加人数: 23人

講師: 水島寿子先生

声を出さずに、体幹を鍛える体操を行っています。



### 健康づくり教室

10月28日(木) 10:30~11:30

参加人数: 55人

講師: 遠藤太得子

保健師

(神戸市保健局)

内容: お話と椅子に座ってできる体操。

「体操を家でもやって頑張ります!」「とても楽しかった」との感想が寄せられました。



### 第8回星陵台 地域の健康教室

10月7日(木) 14:00~16:00

参加人数: 37人

協力: 神戸徳洲会病院

1部: 医療講演「今日からはじめるフレイル予防~食事偏~」

講師: 宮本博士管理栄養士

2部: 「健康測定をしよう!」

・身長測定・体重測定・血圧測定・握力測定  
・上腕筋囲長・下腿周囲長・五回立ち上がり

認知症やフレイル予防のために、日常生活で健康促進につながる講演に加え、各人の健康測定を行いました。前回の測定値と比較し、さらなる健康増進への目標を得ました。



\*\*\*\*\*

## 公園管理部

(公園清掃・毎月第1月曜日 9:00~10:00)

### 星陵台公園に花の植栽!

11月8日(月) 参加人数: 5名

バンジーとノースポールを植えました。

地域の皆さんの憩いとなる公園と願い、活動をしています。



お知らせ

規模を縮小

年末パトロール

期間★12月27日(月)～30日(木)

集合時間★19時

集合場所★

星陵台地域福祉センター

第21回

星陵ふれあい

餅つき大会

日時★1月9日(日)

10時～12時30分

場所★星陵台地域福祉センター

星陵台公園

※新型コロナウイルス感染症の状況により内容の変更又は中止することがあります。

地域防災訓練

日時★1月29日(土)

10時～11時30分

集合★9時50分

場所★星陵台地域福祉センター



## 子ども部



### キキララ・親の情報交換会

(毎月第3水曜日 10:00～11:30)

10月20日(水) 参加人数:16人

整理収納アドバイザー村上華世先生の「親子で楽しくお片づけ」。乳幼児を持つ親子向けの講座を開催しました。

講座の後はお母さんたちが悩みを相談。先生のアドバイスを聞きながら、参加者もそれぞれが体験談を語り、有意義な時間を過ごしました。

最後は子どもたちがお片づけゲームに挑戦。上手にお片づけが出来ました。



### ☆星っ子ひろば・すくすく広場

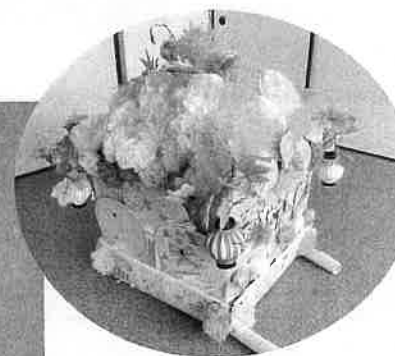
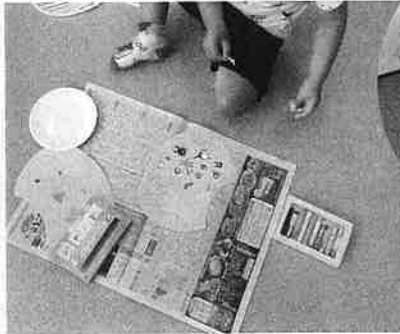
(毎月第4月曜日 10:00～11:30)

7月26日(月) 参加人数:22人

星陵台ふれあい盆踊り大会で子どもたちが担ぐ子ども神輿。盆踊り大会が今年も中止になりましたが、「来年こそは!」との願いを込めてお神輿を完成させました。

子どもたちは絵を描いたりシールを貼ったりして、お

神輿に飾るうちわを作りました。明るい未来に向かって「わっしょい! わっしょい!」子どもたちの元気な声が聞こえてきそうです。



### 編集後記

新型コロナウイルスの感染拡大対策の緊急事態宣言が解除され、様々な活動が再開出来るようになってきました。6月以降の活動を「星陵ふれあい」第74号にてお

知らせを致します。一日も早く、それぞれの生活が取り戻され、地域に笑顔と歓声のあふれる時が来ますことを心より願っています。