



古市ふるさとネット 135号

古市地区の人口 6月末

男	女	計	世帯	古市幼・小学校
984	1,230	2,209	922	小学生 107名
1	46	47	42	幼稚園 25名

【編集・発行】古市地区まちづくり協議会
 丹波篠山市波賀野 683-2 (古市コミュニティ消防センター)
 TEL・FAX 079-595-1085
 ホームページ <http://furuichimachikyo.com/>



健康長寿「百歳をめざして」

～どうすればいつまでも
 生き生きと輝いて生きられるか
 その生き方を考える～

7月3日(水曜日)上田和夫講師(90歳)からのお話を受け
 受講生21人は熱心に聞き入っていました。

講義の終盤には、まとめとして

- ・ 70歳台前半から体を鍛える
- ・ 朝一番深呼吸(5分間)お経を読むこと
- ・ デカボ-体操も効果大
- ・ 腕立て伏せの励行→腰痛防止に効果大
- ・ 他 いずれにしてもあらゆることに興味を持つ
- ・ 何事にも挑戦する心が大切
- ・ 人と人とのつながり(人間)を大切にすること

の言葉で締めくくられました。 総務部



古市幼稚園園庭芝草刈 & JR 官舎跡地植栽管理が
 6月9日(土) 23日(土)実施されました。
 園児たちもキレイになった芝の上で友達と走り回ったり
 楽しい遊びが展開されることでしょう! 生活安全部

暑い中の作業、
 本当にありがとうございました!!



古市コミセン奉仕作業

～古市地区寿会役員のみなさんありがとう～

6月26日(水)午前8時より コミセン周辺の土手園庭の
 草刈り奉仕作業が実施されました。
 お陰様で古市コミセン周辺は美しく大変気持ちよくなりました。
 心より感謝申し上げます。



波賀野新田の わくわくサロンにて

6月22日(尺八)西井奏山様、(琴)菊美由美佐
 江様、井上美紀子様をお迎えして演奏会を開催しました。

総勢50人と多数参加して頂きました。

千鳥の曲他、4曲の演奏の音色を身近に聞くことが出来大
 変感動させて頂きました。なでしこコーラスも参加して頂き、畑
 昌子先生の伴奏で「星の世界」を合唱。懐かしのメロディを会
 場全員で歌い、尺八のカラオケに大いに盛り上がりました。

又やすらぎ園古市ステーションからも多数参加頂き、
 新たに地域交流の場としてサロン活動が出来た事を

スタッフ一同喜んでいきます。



「栗の剪定」発表会

6月12日篠山学園（夢カフェ）で部員（杉原一三氏）により「栗の剪定」の発表会が行なわれました。
 丹波篠山特産の栗の歴史から育成について豊富な経験を活かしわかりやすい説明発表でした。
 栗の栽培農家の方は、熱心にメモをされていました。

コミュニティ部

秋、立派な栗が育ちますように・・・。



新作と言ふサングラス先ず試着
 子守唄口ずさみたき合歡の花
 サングラスかけて芝居の悪役に
 青空に合わすファッションサングラス
 始発電車に覚めたる耳や夏兆す
 池の面に合歡の花揺れ雨意の風
 初めてのサングラスいと恥ずかしや
 晴天も胸にはだけしサングラス
 貫祿の子のサングラス見惚れけり

酒井 實
 西井 節子
 酒井八重子
 藤本とし子
 松木みち女
 小林 敦子
 松本美智子
 田中 良子
 森本 静代

文芸紹介

若葉句会 7月投稿句から



特別講座 「地域防犯・交通安全・防災等について」のご案内

開催日：8月7日（水曜日）
 時間：13時30分～
 場所：篠山学園
 講師：辻本宗也 巡査部長（古市駐在）

生活に潜んでいる危険について
 具体的な事案を交えてお話させていただきます。
 自由参加ですのでお気軽にご参加ください。



8月の各部の活動予定

健康福祉部

- ◆いきいき塾 8月 2日（金）9:30～11:30
 8月 9日（金）9:30～11:30
 8月23日（金）9:30～11:30
 8月30日（金）9:30～11:30

- ◆デイサービス 8月22日（木）13:30～
 （部員による「みんなで楽しもう！」）

総務部

- ◆会報発行・印刷・仕分け作業 8月21日（水）
 （第136号）
- ◆部会 8月30日（金）19:30～

事務局

- ◆運営委員会 8月5日（月）19:00～
 7月の実績と8月9月の予定について

生活安全部

- ◆幼稚園庭芝管理 8月31日（土）8:30～
- ◆JR官舎跡地植栽管理 8月31日（土）
 幼稚園芝管理終了後

コミュニティ部

- ◆ふるいち夢カフェ 毎週水曜日 10:00～16:00
 （8月14日は臨時休業）
- ◆部会 8月7日（水）12:00～
- ◆特別講座 「地域防犯・交通安全・防災等について」
 講師：辻本宗也氏（自由参加）8月7日（水）13:30～
- ◆発表会（部員）「庭木の剪定・アドバイス」（自由参加）
 8月21日（水）10:00～12:00
- ◆手芸教室 「着物のリフォーム・折り紙」（自由参加）
 8月21日（水）13:00～16:00
- ◆篠山学園卒業式（1回生）に参加
 8月26日（月）10:00～
- ◆お菓子作り教室 休み