

今後の事業予定

\* 定期開催 ~サロン花里~ \*

- サロン花里 子育て開放  
毎月第1・3・5月曜日 9:30~16:30
- スマホ・PC相談室  
毎月第2・4月曜日 10:00~  
(予約制、お一人約15分、グループも可)
- 産前・産後のボールヨガ  
毎月第1木曜日 10:00~12:00
- はなのきコミュ  
毎月第2木曜日 10:00~12:00
- おとなの寺子屋  
毎月第2金曜日 13:30~15:30
- ベビーマッサージ  
毎月第3木曜日 10:00~12:00
- 英語教室  
毎月第4金曜日 13:30~15:30

●おとなのスポーツ教室(ソフトバレー)●

毎月第2・4火曜日 19:30~21:00  
花里小学校 体育館  
スポーツ教室は、大人の方ならどなたでも参加できます。申込不要、参加無料です。上履き、タオル、飲み物をご持参下さい。

\* 今後の予定 \*

- 花里地区防災体験  
9月3日(日) 10:00~12:00  
花里小学校 体育館
- グラウンドゴルフ大会  
9月24日(日) 8:30開始  
花里小グラウンド
- スマホを使って目的地まで行ってみよう  
9月25日(月) 10:00~12:00  
サロン花里
- おとなのための  
バランスボールエクササイズ  
9/25(月)、10/23(月)、11/27(月)  
19:30~20:30 花里小体育館  
(定員に達したため、参加者の募集は終了しております)
- 芸能発表会  
10月22日(日) 10:00~  
花里小体育館
- LINEを使いこなそう  
10月開催予定 サロン花里
- 花里地区ボウリング大会  
2月18日(日) プレイB

※ 事業予定は変更になる場合がございます。

事業に参加される皆さまへ

- サロン花里では、感染症予防のため、引き続き定員を10名(親子は5組)、活動時間を2時間に限定してご利用いただいております。開催日の1週間前の15時までに、必ず事務局までお申込みください。
- お申込みは、花里地区在住の方を優先して受け付けております。

**編集後記** 9月に入ると心配なのが台風ですね。今年のお盆は台風7号がくるということで、帰省や旅行の予定を変更されたのではないかと思います。今回は当初の予定よりかなり西にずれ、台風に備えて変更したのに...と思う方もいらっしゃるのではないのでしょうか。  
また、非常食なども食べることはないまま賞味期限が迫ってきていることがよくありますが、何年も食べずに済んだということはとても幸せなことです。備蓄品を点検しながら、今年1年無事で過ごせた幸せに浸りましょう。

各種事業のお問い合わせは... 花里まちづくり協議会

花里まちづくり協議会 事務局(サロン花里)

【住所】〒506-0026 高山市花里町2-39-5 【電話&FAX】35-1223  
【Email】wawawa-hanasato@hidatakayama.ne.jp  
【ホームページ】http://www.hidatakayama.ne.jp/hanasatomachikyoo/  
【公式ライン】@104idpge 【Instagram】QRコードから



花里まち協だより

(1)

7/21(金) 全市いっせい ラジオ体操

夏休み初日の7月21日(金)、朝6時30分より花里小グラウンドにて、全市いっせいラジオ体操が行われました。中学生、小学生、保護者の方など、たくさんの方が参加され、元気に夏休みのスタートを切ることができました。

7/25(火) ~ 8/1(火) 寺子屋はなさと

7月25日(火)~28日(金)、31日(月)、8月1日(金)の6日間、3年振りに『寺子屋はなさと』が開催されました!4年生以下の児童さんにとって、初めての『寺子屋はなさと』です。  
朝、サロン花里の玄関に入ると「おはよう待ってっつたよ」と先生が声を掛けて下さいます。検温と手指消毒をし、席に着きます。コロナ禍前は、サロン花里に35名ほどの児童さんがみえたのですが、今年は定員を15名、参加できる日程も3日までとしました。家とも学校とも違う雰囲気、最初は緊張している様子でしたが、勉強の時間が始まると集中して向かっていました。  
1時間の学習タイムの後は、みんなが楽しみにしていた『わくわくタイム』です。今年は『理科工作』『パルレーンアート』『絵本読み語り』の3つの内容でした。理科工作ではスーパーボールロケットを作りました。どこでやると一番跳ねるか、色々な床で試していました。パルレーンアートは職業体験にみえた吉城高校のお姉さんも混ぜてくれました。絵本の読み語りは『神様ポスト』と『お出かけギター』の、とても素敵なお話と、演奏を聴きました。  
帰っていく児童さんが「あー!楽しかった!」と言ってくれました。花里まち協寺子屋はなさとが始まると夏を実感します。そして、朝から賑やかな子どもたちがたくさん元気もらえます。  
来年もぜひ参加してくださいね!



7/10(月)・11(火) 花木セミナー

花木セミナーの皆さまが、7月10日(月)にサロン花里を、11日(火)に花里小の庭木を剪定してくださいました。サロン花里はもみじ、つつじ、南天、藤などを、花里小は梅、サツキ、ツゲなどの剪定を学びました。サロン花里は全体的に木が茂っており、花里小は正門正面の梅の木がかなり伸びていましたが、春から梅雨の間に伸びた枝葉の余分な部分を取り払われ、すっきりと風通しの良いお庭になりました。  
花木セミナーの皆さま、暑い中ありがとうございました。

『人の顔がわかる 地区づくり』話(語り合う)・和(互いに和む)・輪(つながりの輪を広げる)

今回は令和5年11月の発行予定です!「月刊さるぼぼ」と一緒に配布されます。

7月～8月  
毎週火曜日

### 納涼ウォーキング

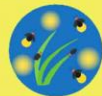


7月～8月の毎週火曜日20時より、納涼ウォーキングを開催しました。納涼ウォーキングは3年振りの開催です。毎年楽しみに参加して下さる方が多い、人気の事業です。

初日の7月4日は子どもさんも含めて23名の方が参加してくださいました。日中はとても暑い日でしたが、集合時間の19時50分頃になると涼しく、ウォーキングにはちょうど良い気温でした。コースは、この時期ならではのホタルが見たい！という希望で、千島町から越後町の辺りを歩きました。近くに住んでいらっしゃる方のお話では「先週は多かったけど、今週は数が減ってきたので見られないかもしれない」ということでしたが、苔川沿いを歩いていると、1匹、2匹とホタルが飛んでおり、大人も子どもも「そこにおる！」「あっちにもおる！」と歓声をあげながらのウォーキングでした。

翌週の7月11日は子どもさんを含め22名の参加で、コースは花里小から上川原町、川原町を通り、古い町並を抜け、弥生橋で折り返しました。平坦なコースだったので、前回より少し速めで、時間も少し長く歩きました。1時間で約6,000歩歩き、良い運動になりました。子どもたちも最後まで元気に歩いてくれました。

雨で中止になった日もありましたが、子どもさんから年配の方まで、参加者の皆さまが楽しみながら運動ができ、良かったです。



### バランスボールエクササイズ



4月から11月まで毎月第4月曜日に行っているバランスボールエクササイズですが、6月26日(月)に3回目を、7月24日(月)に4回目を開催しました。

6月26日は女性が多かったのですが、男性の方も何名かみえ、9名の方が参加してくださいました。初参加の方も3回目のレッスンの方も、バランスボールで弾みながら、姿勢や呼吸を意識しながら運動されました。女性の方はとくに肩こりでお悩みの方がたくさんいらっしゃいますが、写真のように腕を伸ばすことで、肩こりの改善効果があるようです。

7月24日のレッスンはとても充実したものになりました。初参加の方も、来月以降も続けたいと大変喜んで帰られました。今回も身体のバランスを整えていくプログラムでしたが、参加者の方からは「普段使っていないところが動かせて気持ちいい」「骨盤の位置が前傾になってることが分かって良かった」などなど、みなさんスッキリとされた顔で帰って行かれました。

好評です

### スマホ教室&相談室

現在の私たちの生活において、なくてはならないものの1つである『スマホ』。使いこなすとこんなに便利なものはないですね。しかし、まだまだスマホに抵抗がある…欲しいけどどれを買ったらいいのかわからない…操作を教えてください、誰に聞けばいいの?…など、そんな心配をされている方もみえると思います。

そんな方々のために、6月19日(月)に『スマホの基本操作』を開催しました。講師はデジタル推進グループの小峠辰男リーダーです。当日は8名の方が参加され、皆さん熱心に小峠リーダーのお話を聞かれました。参加者の中には、まだスマホをお持ちではない方も今後の参考に、お話を聞いていただきました。

7月24日(月)には『スマホでいろいろ調べてみよう』を開催しました。スマホで検索する利便性や知りたい情報を確実に得られるコツなどをお話しされました。

9月25日(月)には『スマホを使って目的地まで行ってみよう』を開催します。また毎月第2・4月曜日には『スマホ・パソコンなんでも相談室』を開催しております。参加を逃してしまった方も、まだまだ聞きたいことがある方も、ぜひご参加ください。



今回は令和5年11月の発行予定です！「月刊さるぼぼ」と一緒に配布されます。

8/5  
(土)

### 避難所見学 & 体験



8月5日(土)に飛騨・世界生活文化センターにて避難所見学&体験を開催し、5組の家族が参加してくださいました。

当日は、避難所受付体験からスタートし、その後、飛騨センターの六角統括に災害が発生した際の、飛騨センターでの備えについて教えていただきました。常時1,100人の飲料水、トイレなど必要な水が約10日分確保してあるそうです。また自家発電もあるため、停電になっても避難場所の設営に係る準備にも対応できます。携帯電話用アンテナが施設内にあるため、建物内で通話可能です。また、ペットを連れて避難したときのデントの様子も見せていただきました。現在、犬・猫・鳥は避難の受け入れができるそうです。子どもさんにはミニシアターでアニメの上映もしていただけるそうです。そして、体調の悪い方や障がいのあるなど、大勢の方と一緒にいることが困難な方は、可能なところで個室の対応もしていただけるそうです。

その後は、実際に避難所として使用する場所で、避難スペースを自分たちで準備しました。テントの準備は子どもたちも積極的に参加してくれました。テントは避難所用ではないですが、全面閉じることができ、中で着替えたり、大人も横になれるスペースは十分にあります。

そして、非常食をみんなで食べてみました。子どもたちは普段なかなか食べないようなご飯やお菓子里に興味津々でした。味もとても美味しくて完食でした。

食事のあとに、みんなでコンベンションホールへ移動しました。真っ暗なコンベンションホールでランタン実験です。懐中電灯を使って、ペットボトルや買い物袋に光をあてて、明るさを試してみました。ペットボトル実験では、お茶やジュース、お水などいろいろな種類を試してみました。炭酸入りのものがキラキラしてわりと明るかったようです。

最後に、自分たちの避難スペースを片付けました。避難所では、片付けも自分たちで行うため、みなさんに体験していただきました。

今回、小さい子どもたちも参加してくれましたが、楽しみながら避難所の体験ができ、貴重な時間が過ごせました。見学後に、こんなに素晴らしい施設だと知らなかった！親や近所の人にも教えます！！という感想を参加者の方からいただきました。

ご協力いただいた飛騨・世界生活文化センターの皆さま、参加者の皆さま、ありがとうございました。

### 花里まち協からのお知らせ

#### 9/3(日) 花里地区防災体験

9月3日(日)10時より花里小体育館にて「花里地区防災体験」を開催します。当日は初期消火、テント設営、アイラップレシビ、災害時の電話のかけ方などの体験を予定しております。大人の方はもちろん、小学生、中学生さんもおぜひ体験してください。体験をした子どもたちは、自分の命を自分で守るだけでなく、地域の大きな助けになります。たくさんのご参加をお待ちしております。

#### 9/24(日) 花里地区 グラウンドゴルフ大会

9月24日(日)午前8時30分より、花里小グラウンドにて「花里グラウンドゴルフ大会」を行います。昨年度まで町内会ごとに開催しておりましたが、今年度は花里まち協だけのいっせい開催となります。参加費はお1人500円です。参加を希望される方は、9月13日(水)までにメール、公式ライン、電話(0577-35-1223)で事務局までお申し込みください。町内回覧でのお申し込みは**ありません**。

#### 10/22(日) 花里地区芸能発表会

10月22日(日)10時より花里小体育館にて「第30回花里地区音楽の里 芸能発表会」を開催します。コロナ禍ではYoutube配信での開催でしたが、3年ぶりに花里小体育館での開催となります。地区の方や花里小の児童さんのステージ発表や展示のほか、今年限定のバンドセッション「花里吹奏楽団」の演奏を予定しております！たくさんの方のご来場をお待ちしております。