

陽気が良い日は  
お出かけしよう!

ちよだ

chiyodayori

より

千代田地区生活支援体制整備推進協議体

2025.05 No.07

【千代田の梅】

毎年3月上旬に、愛知県植木センター(堀之内町)で「稲沢梅まつり」が開催されます。また、千代田地区には梅須賀町という地名があり、梅姫様の物語が語り継がれています。陽気の良い日は、千代田の名所にお出かけしてみませんか？



※本紙は千代田地区内で取り組まれている、縁づくりやささえあい活動などに関する取り組みを皆さんへお届けする情報紙です。

～ 千代田地区生活支援体制整備推進協議体のとりくみ ～

「千代田あいさつ運動週間」が本格始動！

本協議体では、地域のつながりやささえあいの輪を広げていくために、有志の住民同士で何ができるか話し合い、アイデアを実践しています。令和7年は春秋ごみゼロ運動に併せて「千代田あいさつ運動週間」を設定。学校やまちづくりだけでなく、地域の様々な団体に協力の輪を広げています。

住み良い千代田は  
笑顔とあいさつから！

「千代田あいさつ運動」は、千代田地区で生活するみなさんがあいさつによって関わり合うことで、気を掛け合う関係性を広げ、地域での子育てや、ささえあう関係づくりに向けた第一歩として、地域全体で推進している取り組みです。「千代田あいさつ運動週間」はいつもより少しだけ、地域の人にあいさつすることを心掛けるだけです。まずは、ごみゼロ運動から1週間あいさつを意識してみませんか？



【坂田町子供会】  
ごみゼロ運動  
と共にあいさつ  
運動を実施

『千代田あいさつ運動』協力団体・組織・企業を募集中！

あいさつ運動といっても特別なことはしていません。今、既にある活動にプラスして行うことを推奨しています。地域に関わり合いを作る目的で、無理なく実施しています。ご興味のあるかたは、裏面問合先へご連絡下さい。

お宝  
発見!  
-07-

# 千代田地域の「お宝」活動File

## 脳と身体の体操教室「みどりキラキラクラブ」

※地域のつながりやささえあいを生み出す活動を「お宝」と表現して紹介しています。  
地域内でのさまざまな取り組み・活動など、皆さまからの情報提供をお待ちしております。

### ◆「体と頭と心」動かしていますか!?

毎年、稲沢市が主催している「脳と身体 の健康体操」はご存じですか?体操初心者向けで、最長2年間通える人気の高い取り組みですが、『卒業後も地元のみんなで体操したい!』というニーズに応えた取り組みが、今回ご紹介する「みどりキラキラクラブ」です!ロコミで人気を集めるその取り組みを取材してきました。

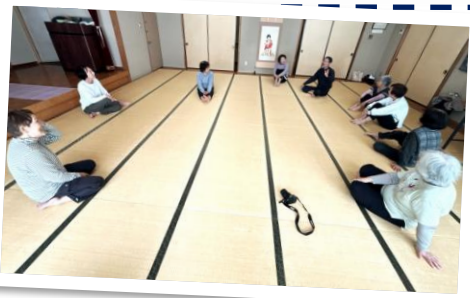
#### 特徴① : 気軽に参加できる、笑いの絶えない講座!

- ・地元「千代田」の参加者が殆どで、みなさん気さくに交流されています!
- ・年会費を設けず、1回毎の参加費設定なので、行ける時だけ行けば良い!
- ・講師:服部みどり氏の軽快なトークで、体操中も笑顔と笑いの渦!
- ・体操初心者でも安心のストレッチ体操で、男女問わず取り組みやすい!



#### 特徴② : 情報交換・会話・対話を大切にした取り組み!

講座中は常に講師の服部みどり氏から参加者に話しかけられ、会話しながら和気あいあいとした雰囲気が作られています。講座の最後、仕上げのストレッチの際は、円形に座り、最近の外出イベントや地域の情報を共有するなど、対話を重視。参加者の普段の暮らしに必要な情報を交換しています。参加者の声:『色々な情報を貰え、出かけるきっかけになっています!』



健康の秘訣は何ですか?

稲沢市社協マスコットキャラクター「福ちゃん」



### 「みどりキラキラクラブ」

場所:千代田老人福祉センターしいのき館

開催日:第1・3水曜日(月2回)

時間:A組... 9:30~10:30

B組... 10:45~11:45

対象:誰でも(しいのき館利用は60歳以上のかた  
および老人クラブの会員のかた。)

参加費:500円/1回

内容:脳トレ・ストレッチ・リンパマッサージ 等

講師:服部みどり氏(愛知県健康づくりリーダー)

連絡先:090-8189-9890(服部みどり氏)

笑い与会話とストレッチ!  
なるべく一人で過ごさない  
ように、情報交換してどん  
どんお出かけしましょう!

気軽に  
お問合せ  
下さい!

服部 みどり氏

問合先 社会福祉法人稲沢市社会福祉協議会 地域福祉グループ 担当:鷺見(すみ)  
稲沢市稲府町1番地 稲沢市役所東庁舎1階 (代表番号)0587-23-6713  
※本紙の作成費用は、稲沢市社会福祉協議会の会員会費を財源とさせていただきます。