

令和五年八月二十六日(土)
武庫が丘コミュニティセンター

ちようちんの夕べ



4年ぶりにミニねぶたが復活！！

今年はコミセンで開催しました
地域の皆さんに見守られながら出発します

子どもたちの笑顔と地域の伝統を守るため、むっこ広場実行委員会を中心とした大人たちがミニねぶたを復活させました。元気な掛け声とともに出発しましたが、直後の雷雨ですぐに引き返してしまいました。来年度以降も続くきっかけとなる特別な日になりました。



今年は出店も増え、にぎやかになりました！ あいにくの天気でちようちは屋内展示になりましたが、とても楽しい一日になりました。

SDGs 無料市

2023.10.8(日) 8時～16時 武庫が丘コミセン
SDGs無料市とは、使わなくなったものを持ち寄り、必要な人が持ち帰るイベントです。ゴミを減らし、リユースしていきましょう。



ご協力ありがとうございました！



ハロウィンウォーキング

令和5年10月28日(土) 14:00～
6丁目児童公園 ～ ひまわり公園

今年は6丁目児童公園からスタート！



仮装行列をしてひまわり公園へ向かいゴミ拾いをしました。社協のさっちゃんも応援に来てくれました。みんな公園をキレイにしてくれてありがとう！！

まち協構成団体の活動

各団体へのお問い合わせ等は各団体へ直接、もしくはまち協までご連絡ください。

武庫小学校 PTA



「夢みる小学校」映画会開催しました

考え方が変わる映画でした。子どもの個性が潰れない環境、強制されない世になり、発想の芽がどんどん開く未来が来るといいですね。ご参加ありがとうございました。

ふれあい活動推進協議会

ノルディックウォーキングで健康増進！

9月26日のノルディックウォーキングに26名が参加。晴天に恵まれコミセンから三田谷公園まで気持ち良くウォーキングすることができました。大半が初めての方でぎこちない動きでしたが、先生方の丁寧な教えて、あっという間に背筋を伸ばし若々しく歩くことが出来ました。ポールを使うことで全身の筋肉をたくさん刺激するので、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加します。つまり、体力づくり、スタミナアップ、減量などに効果的です。また、上半身もしっかり使うので、肩や首のコリの解消、肩甲骨の可動域の改善にも有効だそうです、始められてはいかがでしょうか！

まち協サロン



女声合唱団 Stella のクリスマスコンサート

今年も12月1日にフラワー市民センターホールで一早いクリスマスコンサートを催しました。楽しいクイズやトークも盛り込んだ温かいステージでした。約60名のお客様にお越しいただき、素敵な歌声に感動したという声が聞かれました。

食・心身・脳トシで「フレイル予防」

まち協サロンでは、三田市地域包括支援センターの協力を得て、今年も3回に分けて「フレイル予防教室」を開催しました。運動、食生活、社会参加、人とのつながりの大切さを学びました。みんなで楽しく健康寿命を延ばしていきましょう。