

箆笥町連ニュース

No.179号

発行責任者 町連会長 大崎 秀夫

平成26年9月30日発行



朝晩はすっかりと涼しくなり、しのぎやすい季節となりました。
各町会・自治会長さんにおかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、今年の9月は、台風の影響で大雨や強風にみまわれるなど、不安定な気候が続きました。また、デングウィルスの感染や御嶽山の噴火など、大自然の驚異を改めて感じています。

8月はお休みを頂戴し、2ヶ月ぶりの『町連ニュース』の発行となりました。箆笥町連も、本年度の後半に向けて頑張っていきますので、皆様の一層のご支援、ご協力を賜りますよう、宜しく願いいたします。

◇新宿区町会連合会(9月)定例理事会開催

●「定例理事会」会議概要 ＜既にお送りしています＞

* 平成26年9月2日(火)開催

◇町会加入世帯調査の集計ができました。

先に区より依頼があった、「26年8月1日現在の町会加入世帯調査」の集計がまとまりましたので報告します。ご協力ありがとうございました。

◆箆笥町連全体

【(A)町会加入世帯数】 11,810世帯

【(B)8月1日の住民登録世帯数(日本人と外国人の合計)】 20,493世帯

◆町会加入率 【上記(A)÷(B)】 58.0%

※各町会の加入率等の詳細は、別紙のとおり

健康講座を開催しました

9月24日（水）午後2時から、牛込笹笥地域センターで、笹笥町連主催の「健康教室」を初めて開催しました。

最初に私 大崎が開会の挨拶をして、続いて高齢者福祉課長からご挨拶をいただきました。

その後、「健康で長生きするために」というテーマで、食事や運動についてのお話が講師からありました。お話の合間には両手を使った脳トレもあり、笑いも交えながら会場は和やかな雰囲気になりました。



水分補給の休憩の後は、いよいよ体操の時間です。座ってできるストレッチや椅子に手を添えて立つて行う筋カトレーニング等、どれも簡単にできる家庭運動を行いました。インストラクターの丁寧でわかりやすい指導により、参加者全員が伸び伸びと身体を動かし、終了後は適度な疲労感とともに爽やかな気分になりました。

参加者からは、「みんなと一緒に運動するのが楽しい」といった声や「今後も家庭運動を続けていきたい」という決意が聞かれました。

参加された各町会・自治会長さん、関係者のみなさんには、大変おつかれさまでした。



椅子を使って筋トレ



ジャンケンで脳トレ

