



第16回 『地域活動見本市』 が開催されました

第16回地域活動見本市は、10月15日（土）に市役所本庁舎にて開催されました。

2年前の2月以降、YouTube配信・Fプレイスのホールでの無観客開催・開催直前の中止などを経て、今回やっと従来通りの形で来場者をお迎えしました。どの団体もそれぞれのブースで、来場者の皆さんへ活動内容を説明し、ご質問等に答えていて、会場は大盛況でした。

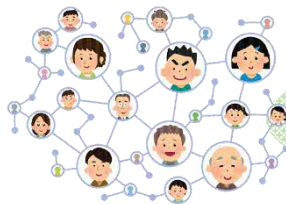
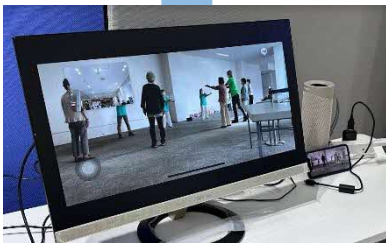


楽しそうなので、参加してみた。面白かった！

- ・チラシを見て来ていただいた方
 - ・知人の誘いで参加してみた方
 - ・通りすがりに興味をもって立ち寄っていただいた方
- きっかけは様々ですが、団体の熱い声掛けに熱心に耳を傾ける姿があちこちで見られました。



興味を持った活動には、どんどん質問してください。ブースで、皆さんの声をお待ちしています。



来場者の皆さんには、帰りがけにシールを貼る形で感想をいただきました。「来てよかった」という回答が多く、開催側の励みになりました。



地下1階の体験コーナーの様子は、1階の会場にライブ配信されていました。

ご来場ありがとうございました。本日のご感想をお願いします。

	来てよかった また来たい	説明が丁寧 だった	体験が 楽しかった	活動したいこと が見つかった	何か始めよう と思った
はい	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●
いいえ				●●	

第17回地域活動見本市 開催のお知らせ

- 2023年2月4日（土）
- 10時～15時
- 市役所本庁舎1階 他…

地域で活躍している様々な団体が集まって、皆さんをお待ちしています。お誘いあわせの上、ぜひ会場へお越しください。



いきいきシニアサイト

シニアサイトのページでは2015年2月の第1回から第16回までの開催記録を掲載しています。



写鵠会（しゃこうかい）

鵠沼公民館写真サークルの団体として、指導者のもと、写真技術の向上と会員相互の親睦を図ることを目的に活動しています。

現在の会員数は10名です。

定例会は毎月第2金曜日（午後1時から4時まで）に開催し、会員の撮った作品を指導者に批評してもらい、その作品を使ってパソコンでフォトタッチ（写真加工技術）も学んでいます。

不定期ですが、撮影会を催し、メンバーとの会話交流で楽しみながら撮影しています。撮影会でのランチタイムは美味しいものを食べる機会でもあります。



作品の発表の場としては、鵠沼公民館と鵠沼海岸サーフビレッジに展示し、訪れる人に見てもらっています。

ファインダーを覗き、そこに広がるアングルの中、絞りがどうか、露出がどうか、その手のことが分かっていなくても、シャッターを押せば写真は撮れます。良い被写体に出会うため、一緒に撮り歩きませんか。関心のある方は、定例会の行われる日、お気軽に見学に来て下さい。

問合せ先

- 【団体名】 写鵠会（しゃこうかい）
- 【連絡窓口】 天野憲二
- 【電話】 090-3140-4380
- 【メール】 kumonodaira2453@docomo.ne.jp



障がいのアナ

運営するウェブメディア『Ana Letter』で、藤沢市の「障がい」や「福祉」の情報を発信しています。一人ひとりの価値観が違うことは、あたりまえ。その価値観が柔らかく広がる記事をつくっています。違いの先でつながる「同じ」を感じられたとき、私たちは一歩近づくことができる。新しい気づきと出会えるサイトを目指しています。記事は、スマホやパソコンで読むことができますので、ぜひ、お読みいただくと嬉しいです。



2022年は、小学生ライターの募集をおこない、夏休みにインタビュー講座と現場取材を実施しました。団体メンバーで記事を書くだけでなく、今後は多くの方に、心のバリアフリーやインタビューのコツを知ってもらい、福祉施設等を実際に見て、話を聞き、伝えるという大切な作業と一緒にやっていただきたいと思います。いくつになっても、新しい世界と出会い、新しい自分になれる！一緒に藤沢の福祉を伝えていきましょう！

問合せ先

- 【団体名】 障がいのアナ
- 【連絡窓口】 小川 優
- 【電話】 080-5189-0240
- 【メール】 y.ogawa@shogai-ana.com



鵜沼に生まれて 87 年！ 郷土史資料の発掘・収集・紹介が元気の元です。

「鵜沼郷土資料展示室」の運営委員として活躍されている内藤喜嗣さんを訪ねて、鵜沼に住んで 87 年の思い出と、展示室開設前の準備や運営を続けてこられた話をお聞きしました。(取材・撮影 2022 年 11 月 4 日)

月曜日の休館日を
除き毎日、来室さ
れるお客様に説明
をしています。



市民センターと鵜沼郷土資料展示室

「鵜沼を語る会」を中心に、発掘・収集した膨大な資料を展示して、広く市民の郷土愛を育むことに役立てる為の施設を市に求めています。

新しい施設建設は難しい状況でしたが、タイミングよく、公民館の隣に市民センターを建設する計画が進み、当時の山本捷雄市長の計らいで、施設の 1 室が提供されて 2003 年 12 月に資料展示室が生まれました。

公民館開設

鵜沼地区は、1200 年以上の古い歴史をもつ北西部と、1886 (明治 19) 年の海水浴場開設を機に海岸リゾート地として発展した南東部の 2 面性を持ちます。南東部は、鉄道の開通が後押しして別荘地から高級住宅地に変貌後も多くの文化人が住み、移住者が増えるにつれて住民の教養に対する関心が高まりました。

そこで、生涯学習拠点として、1959 年に鵜沼公民館が開設しました。



鵜沼郷土資料展示室 入り口

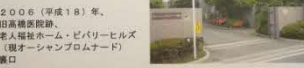
現在の展示

「展示 50 回の歩み」
「鵜沼小学校創立 150 年の道のり」



展示の企画・運営は、運営委員と協力員のボランティア活動が支えています。副委員長の内藤さんは、展示室開設の準備段階から資料の収集・調査に関わって来ました。

★は、鵜沼郷土資料
展示室所蔵の画像



★展示物には説明があり、
わかりやすい

鵜沼海岸から、サーフィンが始まった！

展示室所蔵の明治 42 年の絵葉書には、潮湯治 (海水浴) をする人々の間を、板子に乗って波乗りをする男性が写っています。内藤さんも、子供の頃から家の前の海岸で板子乗りを楽しんでいて、終戦直後の 10 代半ばにはアメリカの雑誌を参考に木製ボードを手作りし、立って乗るようになったそうです。その後、米国シアーズロバックの通販で開発されたばかりの FRP 製ボードを購入できるようになりました。60 年代初めには、一緒に遊んでいた高校の後輩が FRP 製ロングボードを操るようになり、日本初のサーファー組織サーフィングクラブ「シャークス」を結成、その後スポーツとして発展しました。



★雑誌に掲載されたサーフィングクラブ「シャークス」

郷土史資料の発掘・収集・保存

公民館は、音楽・美術・文芸・スポーツなどの学びの拠点となり、各種ユニークな講座が開かれました。

中でも、郷土史の研究・学習講座には熱心な方が多く、「鵜沼を語る会」としてサークルを発足し、郷土史資料の発掘・収集・保存を今も続けています。

鵜沼郷土資料展示室：市民ボランティアが運営する、ユニークな公設市民運営の文化施設です。
年間 2 回の企画展示を実施しています。詳しいことは右の QR コードをご覧ください。
展示期間 前期：4 月 1 日～8 月 15 日 後期：10 月 1 日～2 月 15 日



さあ、体を動かそう！「活動量アッププログラム」講座実施中

藤沢市では、産学官が連携したフレイル予防の実証実験として全国初の試みとなる「高齢者の活動量アッププログラム」を10月から実施しています。本講座は長引く感染症の影響により、外出控えや体を動かす機会が減ってしまった方を想定して、スマートフォンアプリを活用した活動力アップするきっかけづくりとデジタルデバイドの解消を目的としています。65歳以上の参加者がエーテラボ（株）の開発した「**みんチャレ**」アプリを活用し、5人1組のチームの中で一日の歩数と写真、コメントを共有しています。運動を継続するうえで、仲間同士の励ましがとても重要という研究成果があることから、会えなくても交流できる方法を取り入れてみました。



講座の最中には「アプリを使いこなせるかしら」「3か月続けられるか自信がないわ」といった声も聞かれましたが、現在は各チームが励まし合いながら活動に取り組んでいます。3か月間の取組終了後に慶應大学と共に効果検証を行い、介護予防事業の新たな可能性を模索していきたいと考えています。

フレイル予防のプログラムを紹介します

藤沢市は、いつまでも自分らしく、いきいきと生活していただくことを目指して、フレイル（※）予防のプログラムを実施しています。 ※フレイルとは、年齢とともに心身の活力（筋力、認知機能等）が低下して要介護状態となるリスクが高い状態

「個別運動サポート」をご存じですか？

～運動習慣がある方も、これから運動を始めたい方も「個別運動サポート」を活用してみませんか？～
健康運動指導士等の専門職が個別でからだのお悩みをうかがい、からだの状態に合わせた運動をご紹介します。お気軽にご相談ください。



＜初回＞
からだの状態に合わせた運動の紹介



＜1ヶ月後＞
からだの状態を確認し、運動継続に向けてのアドバイス

藤沢市の一般介護予防事業（フレイル予防）について詳しいことは、藤沢市ホームページ（下のQRコード）をごらんください。

問合せ 高齢者支援課

電話：0466-50-3523

ファクス：0466-50-8412



講師派遣をします

分野：運動・栄養・口腔・認知症予防
対象：おおむね10名以上のグループ
内容：ご相談下さい。
講師：分野ごとの専門職

講習会イメージ
「シニア料理教室」



対象：市内在住65歳以上の方 費用：無料
場所：藤沢市保健医療センター3階
申込み・問合せ：藤沢市保健医療センター 保健事業課
電話：0466-88-1416

発行 藤沢市高齢者支援課
TEL：0466-50-3571（直通）
認定NPO法人湘南ふじさわシニアネット
TEL：0466-52-5577