

# 武石



第15回アイスクャンドル祭が、2月1日にともしび博物館で開催され、市内外から家族連れなど大勢の人が訪れました。博物館や庭園には、灯りを楽しむ会の皆さんや、児童館を利用する子どもたちが手作りしたキャンドルなど、約800個が灯され、周辺は幻想的な雰囲気に包まれました。

また、伝承館では子どもたちによるオカリナの演奏も行われ、灯りでつくる「奏」の文字はこれに合わせて作られました。

## ▼目次

- P1 表紙
- P2 武石の話題 PickUp
- P3 武石公民館だより
- P4 たけし子育て親育ち日記

# 保育園どんと焼き



「1年間健康でみんなが元気ですごせませうように」そんな願いが込められたどんと焼きが、1月10日、武石保育園で行われました。地域の皆さんから、ダルマやしめ飾りがたくさん持ち寄られ、園庭に大きなやぐらが組み立てられました。ほうれん草やにんじんのしぼり汁などを使って色をつけ、野菜や稲の花をかたどった園児手作りのまゆ玉を、やぐらの火が弱くなってから焼きます。焼きたてのまゆ玉を食べた園児は「あまくておいしい」と、中には、おかわりをたくさんしている園児も見られました。

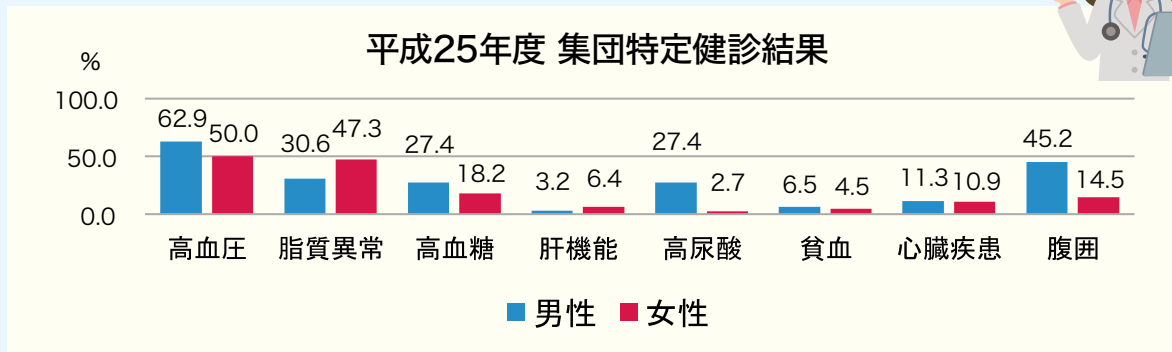


## 健康づくりに健診を!

生活習慣病は運動不足や食べ過ぎなど日常のよくない生活習慣の積み重ねによっておこる病気で、脳卒中・心臓病・高血圧・糖尿病などが主な病気です。

この生活習慣病は自覚症状がないまま進行していきます。まずは健診を受けて体の状態を知ることがとても大切です。

### ◆知っていますか? 武石地域住民の健康状態!!



武石地域は男女とも高血圧の割合が多い状況です。男性は内臓脂肪が過多の目安となる腹囲 85 cm以上の方が約 5 割、次いで脂質異常・高血糖・高尿酸の方が約 3 割と多く動脈硬化がすすみやすいといえます。女性は高血圧の他に脂質異常が約 5 割と多い状況でやはり動脈硬化が進行しやすくなります。男女とも食べ過ぎや運動不足が考えられます。



### ◆平成26年度の健診を申し込みましたか?

市では健康チェックのために、特定健診・長寿健診や各種がん検診等を実施しています。まだ健診を申し込んでいない方は武石健康福祉課までご連絡ください。

☎ 健康福祉課 Tel. 85-2067

# 祝 成人式 ～ 夢と希望を胸に ～



誓いの言葉をのべる大日方直樹さん

晴天に恵まれた1月12日、武石公民館で成人式が行われ、武石地域では34名が成人を迎えました。式典では、新成人全員が家族への感謝の言葉や、20歳の抱負などを発表しました。また、新成人を代表して、大日方直樹さんから「自然災害などにより亡くなった方の中には、私たちと共に成人を迎えるはずだった方もたくさんいるはず。そのような中で、生かされている者として感謝の心を持ち、思いやりの心を忘れず、これからの日本を担う者として社会に貢献できるよう努力精進することを誓います」と力強い言葉がありました。

## 武石花祭り開催のお知らせ

今年も武石風土つなぎ隊による第2回武石花祭りを開催します。特に神社舞台にこのイベント、夜祭も企画しておりますので、年齢問わず多くの方に楽しんでいただける様準備しておりますので、是非ご来場をお待ちしております。

- 期日 5月3日(土・祝)
- 時間 午前10時～午後7時30分
- 場所 武石公園・大宮諏訪神社
- 30年振りに大宮諏訪神社舞台の復活！  
歩行者天国・星空映画会・こども祭り等  
詳しくは <http://ameblo.jp/tunagitai/>

絵:新井人志

## “たけしノルディックウォーキング in 余里花桃”開催のお知らせ

紅白の花桃が咲き乱れる余里一里花桃で、ノルディックウォーキングを体験してみませんか。

- 日 時 4月29日(火・祝) 午前9時30分集合
- 集合場所 武石体育館駐車場
- コース 武石体育館駐車場～上余里(往復約8km)
- 対象者 どなたでも(小学生以下は要保護者同伴)
- 参加費 一人 500円(小学生以下無料)
- 持ち物 弁当、飲み物、ウォーキング専用ポール(持っている方)など
- 申し込み先 4月21日(月)までに電話で産業観光課へ

問 産業観光課 Tel. 85-2828

家族で動物園などに出掛けたり、公園でのブランコや雪遊びなど、子どもがいるからこそで、一緒に遊ぶのが楽しく、子どもの笑っている顔を見るのが幸せです。上の子はストライダーにはまり、昨年は大会にも出場し今年も大会に出るとはりきって練習中。やりたいことはチャレンジさせたいと思うし、頑張っている姿をみるのがうれしいです。下の子は歩けるようになったり、いたずらしたり日々成長し、できることがどんどん増えるところをみれてうれしいです。下の子に手がかかるので、上の子に我慢ばかりさせてしまい、もっと甘えさせてあげられるようにしたいけれど、2人の子を一緒に見るのは少し大変です。武石の人は優しく、散歩に行くと会う人みんなが声をかけてくれます。また、自分が生まれ育った自然豊かな武石で子育てができることもうれしいです。児童館はお友だちと遊ぶことができるので、子どもは行くのを楽しみにしています。私自身も先生方や他のお母さん方から子育てについて話をさせてもらうことでリフレッシュできるステキな場所だと思います。まだ私の子育ては始まったばかり。これからも家族や親せき、友人など多くの方に支えてもらいながら楽しく育児をがんばりたいです。また、父母の趣味がバレーボール。いつか4人で一緒にプレーできる日が来たらいいなと思っています。



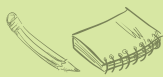
まみこ  
村石真実子 さん (西武)  
さら ちゃん (2歳11か月)  
みら ちゃん (1歳)



子育て中のお父さん、お母さんが日々感じる楽しさや喜び、また苦勞などをお聞きしました。

### ▽編集後記▽

2月中旬、これまで経験したことのない大雪が降りました。この影響で学校が休校、予定していたイベントなどが中止になりました。冬は雪が降るものですが、こんなにたくさん一度に降られると本当に困ってしまいます。除雪作業にあられた皆様、大変お疲れさまでした。  
〈小山〉



### ▼武石のひとの動き▼

人口 3,745 人  
男 1,831 人 / 女 1,914 人  
世帯数 1,432 戸  
(平成 26 年 2 月 1 日現在)

## 未就園児のあそびの広場のお知らせ

4~5月

### ♪あそびの教室

自由遊び、課題遊びの時間があり、保育士がいろいろな遊びを紹介します。

開催日	内 容	持ち物
4月10日(木)	お母さんと遊ぼう	タオルなど
5月8日(木)	おやつ作り 運動遊び	皿・フォーク タオルなど

★時間・・・午前10時～11時30分 ★場所・・・武石児童館

### ♪わくわく広場

武石児童館に集まったお友だちと一緒にさまざまな遊びを体験します。

開催日	内 容
4月21日(月)	うきうき音楽タイム
5月27日(火)	料理 すいとん作り

※日時、遊びの内容、持ち物等とは変わることがありますので、オフトークをお聞きください。

