

上鳥羽北部いきいき市民活動センター

ラジオ体操

いきいき上鳥羽プロジェクト



奈須野公園のラジオ体操の始まりは第7回広会の健康増進活動の一環で「グラウンドゴルフ」をしていますが一部の人だけの活動になり他の運動で「ラジオ体操」でもと想えていた時に、「いきいき上鳥羽プロジェクト」が、南の方でラジオ体操の拠点を作りたいとの希望と合致して「奈須野公園ラジオ体操」としてスタートをしました。

当方のラジオ体操は第1と第2を毎回2度ずつ行っていますので、寒い時は体が温もり丁度良い具合になります。また、体操よりも喋るのがいいと井戸端会議のように毎回楽しく参加され、認知機能の低下を防ぐ役割もあると思います。認知機能の低下を防ぐには絶えず脳に刺激をあたえることが必要ですので多くの皆さんがラジオ体操に参加され楽しくおしゃべりをされますように心がけております。

奈須野公園ラジオ体操サポーター

地域や人とつながろう！



上鳥羽自治連合会の取り組み

《上鳥羽体育振興会の役割と行事》

- 上鳥羽自治連合会各種団体の一つである「体育振興会」では、スポーツを通して健康増進はもとより、地域住民の親睦を図り、人と人とのつながりによる地域の活性化、発展を願い活動を行っています。
 - 体振行事として毎年・ソフトボール・バレーボール・卓球・グランドゴルフ・モルック・ボウリング大会等を開催しています。それぞれの代表になれば南区大会へ、勝ち進めば京都大会への出場の機会もあります。
 - また体振役員は、京都マラソンや京都市民スポーツフェスティバルの運営への参加協力をするなど精力的に活動しています。
 - 中でも「上鳥羽学区民体育祭」は、最大のお祭りイベントとして受け継がれてきた催します。令和7年度も、大きなトラブルもなく大成功で幕を閉じました。これもひとえに・上鳥羽自治連合会・各種団体・上鳥羽小学校教職員・学区民役員の皆様総力をあげてご尽力いただきましたこと、加えて地域住民の皆さまが「区民運動会」を楽しみにご参加くださいたことにほかなりません。心から感謝申し上げます。
- 今後ともよろしくお願ひいたします。



このレターの内容に関するお問合せ、お申し込み、情報提供は「上鳥羽北部いきいき市民活動センター」までご連絡ください。
Tel. 075-691-9098 E-mail: kamitobahokubu@inetsbb.com

上鳥羽北部
“いきセン”newsレター

つなぐ
人 心 想

京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター
京都市南区上鳥羽南唐戸町 62-2 ☎ 075-691-9098 Fax. 075-662-0910

ktb-ikisen.jp/

QRコード

上鳥羽の人・心・想を“つなぐ” いきいき上鳥羽プロジェクト

「上鳥羽をもっと楽しく元気なまちにするために、やってみたいな！こんなこと」をコンセプトに『上鳥羽が大好き』な仲間が集まり2017年（平成29年）11月に“いきいき上鳥羽プロジェクト”が発足しました。

以来、地域との『つながり』を大切に“地域の人たち”と“上鳥羽北部いきセン”が協力して活動を続けています。

皆さまのご参加も大歓迎です！



ふらっとスペース in 徳地歯科医院 (R4.11)



SNS



発行
京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター
いきいき上鳥羽プロジェクト

《洲崎排水機場見学会》

令和7年11月29日(土)

歴史座談会で上鳥羽の水害の歴史を知った参加者の発案で「洲崎排水機場」の見学会を計画し、実現することができました。「洲崎排水機場」は、大雨時に西高瀬川からの逆流を防止し、水路からの水を強制排水しています。また、洲崎排水機場にある集中管理センターでは、市内10箇所の主要な排水機場の水位やポンプ稼働状況を24時間監視し、浸水被害を防止しています。

普段は見学できませんが、「役割と機能について、市民の皆さんに理解していただける機会になれば」と、細かな注意や安全対策を講じていただいたおかげで、今回の見学会が開催できました。災害の歴史を知り、地域防災への関心を高め、自分たちに何ができるかを家族や仲間と一緒に考える良い機会になりました。



参加者の感想

- ゴミのないきれいな川を保つ大切さを子どもたちへ伝えていきたい。
- 浸水対策として欠かすことのできない施設で、日々の点検・整備が重要でいざという時のため職員の方々が努力されていることがわかりました。
- 子どもの頃の水害の記憶があり、排水機場ができるまで水がつかなくなって安心したのを覚えています。見学できて良かったです。
- 実際に見学し知見が広がりました。

まちがいさがじ

- ① 右側に積まれている赤い本の表紙
 ② 奥に置かれたラックの柱の丸
 ③ マグカップの柄
 ④ 左下の鳥が持っているもの
 ⑤ 本棚の上段にある本の表紙

いきいき上鳥羽プロジェクト

～地域や人とつながろう！～

活動報告

上鳥羽郷土資料室

《清掃ボランティア&村田さん授業》

令和7年9月24日(水)・25日(木)

上鳥羽小学校「郷土資料室」の清掃ボランティアを行いました。清掃活動で綺麗にした郷土資料室を、上鳥羽の「ネギ仙人」村田治夫さんがゲストティーチャーとして招かれた総合学習の時間に使用されました。城南祭について、お祭りをする意味や地域の人々の願い、昔の生活様式や道具の使い方、水害が多く起こっていた時代の共助の様子など、実際の道具や船、お神輿を見ながら子どもたちも興味深く聞き入っていました。

清掃ボランティア

清掃活動に参加したボランティアスタッフから、「子どもたちへの“上鳥羽の歴史”的伝承に少しでも役立ってよかったです」と感想が寄せられました。



村田治夫さん授業



上鳥羽の歴史を探る

《上鳥羽伝承座談会》番外編

令和7年11月15日(土)

上鳥羽小学校において開催された、おやじの会主催の『わいわい「デイ」合宿』に、「上鳥羽プロジェクト」の協力者である淀川管内河川レンジャーの石津知子さんが実際に起こった水害の体験談の紙芝居「水禍」の読み聞かせをする形で参加されました。

いきいき上鳥羽プロジェクトの「上鳥羽伝承座談会」へのご参加から始まった石津さんとのご縁が、上鳥羽の子ども達への“伝承”にも繋がり、「洲崎排水機場」の見学会の計画、実施まで、プロジェクトの活動にも広がっています。



石津さん 活動報告

子ども達が経験することを通して、成長することを願う「おやじの会」そして上鳥羽地域のみなさんの心意気が素晴らしいです。参加した皆さんに今日の楽しい思い出と共に、川の恵みそして時には災害により姿を変える川のことを記憶に留めてくれることを願います。

《出張ふらっとスペース in 鳥羽ホーム》

令和7年11月15日(土)

鳥羽ホームにて行われた介護予防教室の会場に「出張ふらっとスペース」で参加しました。ミニマルシェコーナーに上鳥羽北部いきいき市民活動センターの事業案内チラシや「ニュースレターフなぐ」を配置し、いきいき上鳥羽プロジェクトの活動をPRしました。プロジェクトメンバーは介護予防教室のボランティアスタッフとして、地域の方々と交流し、「介護予防」は高齢者のためだけではなく、全ての世代に関わることだと感じました。今後もいきいき上鳥羽プロジェクトの活動を通して地域連携の協力の輪を広げていければと思います。

