

# 福福 ネットワーク

第38号 2024.7.1  
発行 岡山市立福浜公民館  
〒702-8032  
岡山市南区福富中一丁目 16-22  
TEL・FAX 086-265-4835



★福福ネットワークは、福浜中学校区の地域、施設、学校園等を中心に団体同士が繋がって活動する様子を掲載し、みなさんに情報をお届けすることによって、地域づくりや活動の参考にさせていただけたらという想いで発行しています。

新年度になり、早くも3ヵ月が過ぎました。

今年は4月の平均気温が過去最高になり、5月にはすでに夏を感じさせるくらいの暑さになりました。

湿度が高く、スッキリしない時期が続いています。そして梅雨が明ければ、猛烈な暑さが予想されています。

くれぐれも、水分補給は適宜行い、体調管理には十分お気をつけて夏を乗り切ってください。

## ★★★ 野菜の栽培 ★★★

今年も、福浜地区社会福祉協議会、福浜ボランティアの会、福浜小学校の3年生から6年生までの子どもたちが、3月から6月までの間、じゃがいもの栽培を行いました。

3月の多雨の影響が心配されましたが、その後は順調に生長していきました。

毎月1回土曜日に地域の畑に集合し、追肥、土寄せ、花摘み、そして収穫まで、地域の方にきちんと作業のやり方を教えていただき、みんなで役割分担をして行いました。

活動最終回の6月15日の収穫では、みんな楽しみに畑に集まり、一生懸命土を掘り、沢山の立派なじゃがいもが土の中から出てきたのを見て、達成感いっぱいの笑顔が見られました。

また、5月14日、平福学区の食育活動で、栄養改善協議会、愛育委員会、主任児童委員、なかよし会（おやこクラブ）がさつまいもを植えました。

地域の畑をお借りして、苗の上手な植え方を教えてもらいながら、子どもたちは、地域の方やお母さんと一緒に作業をしました。スコップで土を掘り、蔓を寝かせて置き、上に土を被せて、おまじないの言葉「大きくな〜れ！大きくな〜れ！！」



と言いながら、たっぷり水をやりました。10月まで、これから暑い時期を土の中で過ごし、大きく育っていくことでしょう。この日は天気がよく暑い日でしたが、子どもたちは最後まで頑張って作業をしました。

どちらも収穫後は調理実習を行います。収穫したものがどんな料理になるか楽しみです。

このように、子どもたちが地域の方と一緒に、野菜を栽培することの難しさ、そして食べる大切さや喜びを学んでいます。

## ★★★ リトミック ★★★

6月10日、浜の子会（福浜学区おやこクラブ）でリトミックをしました。

キーボードから流れる軽快な音に合わせて、子どもたちは跳んだり、体を揺らしたりしました。また、ハンカチでおにぎりやてるてる坊主の形を上手に作り、お友だちと見せ合っていました。

音楽やものに触れながら、みんな笑顔いっぱい体を動かし、楽しく感性や表現を育むことができました。

今年度は5月の総会で年間計画を決め、会員で楽しく活動をしています。地域の愛育委員さんや栄養委員さんが協力してくださる活動も予定しており、地域の方と繋がりながら学びの機会もあります。



## ★★★ がん検診啓発活動 ★★★

6月8日、天満屋ハッピータウン岡南店で、南地域愛育委員連絡会が、がん検診受診啓発活動を行いました。

年に一度、南地域では学区を超えて市民向けに啓発活動を行っています。今年もティッシュを配布し、展示や模型を使って愛育委員の方が説明をすることで、



早期発見のために検診受診の大切さを知ってもらい、受診につなげてもらえるように活動をしました。

子どもたちには、アンパンマンやピカチュウなどを風船で作ってプレゼントすると、家族の人と一緒に活動の様子に目を向けてくれました。その他、地域の施設や行事でも検診啓発活動や、岡山市の集団検診の業務の支援もしています。

## ★★★ 健康教室 ★★★

6月13日、平福学区の各団体の皆さんが協力して運営する「ひらふく健康21」主催の健康教室が開催されました。今回は、ダイヤ工業による体力測定と運動指導員の方によるストレッチ体操を行いました。

体力測定で数値化をすることにより、今の自分の状態を知り、今後も現在の状態を維持し、さらにはより健康を目指して生活する目標や目安になりました。そして、後半は転倒防止や体の柔軟性を強化するストレッチ体操をしました。

この教室での学びを参考に、今後の生活に取り入れることでしょう。

今回は、各団体の皆さんも当日の測定や運営に関わりながら参加者と一緒に計測もストレッチ体操も楽しみました。

ひらふく健康21は、平福学区住民が、いつまでも健康で穏やかに過ごしていけるように、みんなが繋がり健康増進に取り組んでいます。



★次回の発行予定は、9月号（8月20日頃配布予定）です。夏祭りや盆踊りなど夏休み行事を中心にお届けする予定です。