

みんなの 桃見台

令和7年3月

第26号

発行責任者／郡山市立桃見台地域公民館長 鈴木 卓（郡山市桃見台12-3 TEL932-9035）



「桃見台方部町内会 連合会長」を終えて

桃見台方部町内会連合会

前会長 坂本 大



今年度の町内会連合会の総会において、連合会長の任を終えました。

約20年間に渡り、桃見台方部町内会に関係し、多くの仲間を支えられ、活動が出来ました。

このことは、私にとりまして大きな財産であり、改めて感謝申し上げます。これからは、一人の地域住民として桃見台地域の発展に尽力したいと思っています。

この20年間、本当にありがとうございました。

会長就任のご挨拶

桃見台方部町内会連合会

会長 松本 惇一



拝啓、春陽の候、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃より、町内会活動にご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、このたび桃見台方部町内会連合会長自治会長を拝命いたしました桃見台第2町内会長の松本惇一でございます。

これまで桃見台方部町内会連合会を支援してこられた前任の坂本大様のご尽力に深く感謝申し上げます。その意思を引き継ぎながら、地域の皆さまとともに住みよい町内づくりに取り組んでまいりたいと思います。

町内会の行事や各種イベント、今年は、春はレクリエーションスポーツ大会、夏に各町内の祭りがあり、秋には運動会・文化祭を予定しています。本年もまた、ぜひ皆様と一緒に、昨年以上の盛り上がりを目指したいと思っています。ともに防犯活動、清掃活動などを通して地域のつながりを深めることができると考えております。

また、行政や他の地域団体との連携を大切に、皆さまの声を反映した連合会の運営を目指してまいります。成功のためには、皆様のご意見や協力と皆様との交流が必要となります。

不慣れな面も多々あるかと存じますが、どうぞ温かいご指導、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。共に笑える毎日を目指しましょう。

末筆ながら、皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。今後ともよろしくお祈り申し上げます。

敬具



銘々皿に感謝をのせて

桃見台地域公民館

館長 鈴木 卓



銘々皿は、
各々めいめいに
取り分けるた
めの小皿です。

緑の葉が広がるきれいな和紙で
装飾された手作りのお皿は傑
作です。大切にしています。

お菓子入りの紙袋は、なん
と手作り。四季折々の鮮やかな
草花が丁寧に描かれ、心まで豊
かになります。まさしく名人で
す。

元気な挨拶とその笑顔は、
館全体を明るく照らします。ま
わりの人をホッワカさせます。
「また午後来るね。」は元気の
証しです。毎日健康で活動す
る姿は私達の模範です。

パワフルな行動力がすばら
しい。いつも元気で笑顔をいっ
ぱいもっています。

颯爽と自転車に乗り、ビュン
ビュン走る軽快さに、私もそう
ありたいと見習います。

全身を使い、柔らかく滑ら
かにぶれない動きがすばらしい。
継続は力なりを実感します。

公民館は、地域の皆さんの
心と心の交差点です。笑顔いっ
ぱい桃見台のスローガンのもと、
銘々それぞれに楽しんでいただ
けることをうれしく思います。

桃見台地域公民館 主催・共催事業 この1年



シナプソロジー



ボッチャ(トライキッズ合同)



市民学校



館外研修 柳津



門松



ボランティア体験講座



ボランティア体験講座



スポレク



トライキッズ 卓球



男のこだわり塾 自分史



料理教室



自然の家



けん玉



クリスマススイーツ



体操



文化祭 おどろき太鼓



文化祭 展示



文化祭 琴



文化祭 太極拳



新年顔合わせ会



新年顔合わせ会



のびのびサマースクール



のびのびサマースクール

桃見台地区明るいまちづくり推進委員会

明るいまちづくり推進委員会 委員長 田代春男



新しい年を迎え皆様健やかに過ごしたと思います。昨年は明るいまちづくり推進委員会事業に対し、ご理解ご協力いただき深く感謝申し上げます。おかげ様で各種行事も計画通り開催することができました。ありがとうございます。

新しい年を迎えての楽しみのひとつに年賀状があると思いますが、今年は私の数少ない年賀状の約半数に「本年をもちまして年賀状の挨拶は失礼させていただきます」という文言が入っていました。高齢化か、はたまた郵便料の影響か一抹の寂しさを感じた正月でした。

話は変わりますが二〇二五年は団塊の世代が七十五歳を迎える年です。日本はいよいよ本格的な高齢化社会へと歩んで行きます。そういう私も「みんなの桃見台」が発行されたころは「喜寿」になっています。自分がこの年齢になるのは遠い先の事かと思っていました。今後はこれを機に適度の運動と好きなものを食べ、好きなものを飲み、一日一日を大事に無理をせず楽しく過ごしていきたいものです。

桃見台地域の先輩方は、とても元気です。その元気をもらいながら地域の皆さんと積極的に交流し、「笑顔いっぱい桃見台」に少しでも貢献できたならと考えています。

明るい笑顔が見たくて



桜ヶ丘町内会 増子英一

郡山市スポーツ推進委員として八年が経過しました。コロナ感染の前はバレーボールも盛んに行われ審判や各種行事の手伝いで忙しかつたのですが、一息ついた今でもバレーはなかなか人が集まりません。

そんな中、コロナ収束後の桃見台地域では、スポーツレク、歩け歩け運動、残念ながら今年は体育館工事で実施出来なかったですが大運動会など、みんなと一緒に汗を流す運動ができて大変嬉しく思っています。特に歩け歩け運動は、冬場を除き、月一回六時から約一時間この近辺を歩きます。そして、締めくくりに近隣の温泉付近を歩いて入浴・食事と楽しめます。その時の笑顔がみんな最高です。歩いて健康、笑顔で語り合う事で皆さんどれだけ長生きするのか見当が付きませんが、私もとことん付き合っていきたいと思っています。



研 修 会

キューティーストリングの皆さんによる「バイオリン・ピアノ・ソプラノ独唱コンサート」を開催しました。

心に響く音色や歌声に感動し、拍手喝采で幕を閉じました。

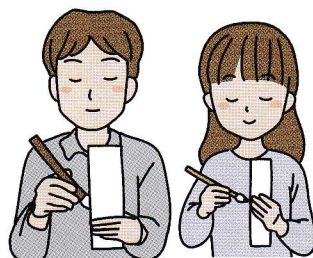


標語・川柳 コンクール

テーマ「すすむ」

今年は標語・川柳の応募が27点あり、市制施行100周年を題材にした作品が数多くありました。

みなさん、ありがとうございました。



花いっぱい コンクール

学校花壇の部

優秀賞 桃見台小学校

春と秋の2回、環境美化部員と地域ボランティアの皆さんが公民館・桃見台公園の花の植え替え、水やりを行いました。桃見台小学校と連携し、円形花壇と校舎周りの花の植え替えも行いました。ありがとうございました。



福祉だより

郡山地区社会福祉協議会 桃見台支部

社協桃見台支部活動への ご協力に感謝



社会福祉協議会桃見台支部
支部長 小川 徹

日頃より社協桃見台支部の活動にご支援、ご協力をいただきまして誠にありがとうございます。

令和6年度の事業も当初の予定通りに実施することができました。これも地区の皆様のご協力のおかげと思っています。

更に、「桃見台方部町内会連合会」「民生委員協議会」「明るいまちづくり委員会」「保健委員会」「青少年協」と、地域の各団体の「和」の力が福祉事業推

在宅福祉サービス事業活動



在宅福祉サービス事業部
部長 大和田紋子

高齢者の皆様の集いの場として例年「おたのしみ会・食事会」「いきいきサロン・茶話会」を各2回ずつ実施しております。

進の大きな要因と感謝致しております。「つなごう桃見台プロジェクト」は、まさに桃見台地区の「和」の結集であります。

また、今年度も歳末助け合い運動の一環として、年末見回り活動を令和6年12月14日から27日に実施いたしました。

寒い中での見回り活動をしていただき誠にありがとうございました。

町内会、福祉委員、民生委員の皆様により火災予防と「なりすまし詐欺撃退チラシ」を配布して年末年始の防災と防犯等を訴えながら実施いたしました。関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

二月の「いきいき・サロン」では軽食とコピーで楽しいおしゃべりをしてから脳トレゲームや懐かしい歌を聴いて歌って楽しい時間を過ごしました。男性の参加者も多くなりました。その他「友愛訪問」として高齢で一人暮らしの方に、12月と3月に心ばかりのお品をお届けしております。今後も皆様のご支援ご協力をお願い申し上げます。

介護世帯支援事業活動



介護世帯支援事業部
部長 遠藤 嘉幸

今年度の健康教室は7月に市消費生活センターの遠藤みよ子様を迎え、知って得するくらしの知識と題し、賞味期限と消費期限のちがいなどの食品表示についてとか、保健機能食品、洗濯表示マーク、SDGs、食品ロスについて学びました。食生活は主食主菜副菜を基本にバランスよく食べる事を学び、事業系ゴミ・生活系ゴミの量が全国中核市の中でワースト1位である事。一人ひとりの自覚が必要です。

10月の介護予防教室は健康体操指導士で笑いヨガリーダーの西山由紀様による、頭とからだを動かして脳を鍛える脳トレエクササイズを実施。声を出しながら口角を上げて笑うと免疫力アップ。イエーイ！両手の親指を立てて片足を上げるポーズをして大笑い。恥も外聞もなく楽しんでいただけたと思います。



児童福祉推進活動について



児童福祉推進事業部
部長 文字山恵利子

いつも子育てサロンの活動に御理解・御協力いただきありがとうございます。今年度はしばらく中止していた茶話会の時間を再開し、お茶を飲みながら参加された方同士で情報交換をしたり、スタンプと共に他愛のない話をして気分転換していただけるようになりました。12月に実施したクリスマス会では近年にない程の多くの方が参加してくださいました。松ぼっくりでミニツリーを作ったりみんなでゲームをしたり大変賑やかな会となりました。その他の月も季節に合わせて工作や体験活動を行いました。参加して下さった方みんなが笑顔で帰ってくださるようになす。スタッフ一同で様々な計画を立てています。

これから
も周りの方
へ遊びに来
てくださる
ようにお声
かけをよろ
しくお願
いいたしま
す。



会員会費・募金活動に

ついでの御礼



募金活動事業部

部長 影山 幸一

平素より募金活動にご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

六月の会員会費、十一月の共同募金は交付金として地域福祉活動事業費に充てられております。

今後もしばらくお願い申し上げます。

会員世帯数

一、五九六世帯

会員会費

四七八、八〇〇円

赤い羽根共同募金(A)

三八〇、七〇〇円

地域福祉共同募金(B)

一三三、五九二円

歳末たすけあい募金

六〇、八〇〇円

支え合う・

住みよい社会・地域から



桃見台方部民生児童委員協議会

会長 坂本 大

私たち民生委員・主任児童委員は、皆様の一番身近な相談者です。暮らしのこと、困ったこと、悩みごとなどあれば、ご相談ください。また、我々は、地域の見守り役として、様々な活動をしております。高齢者の皆様方を訪問し、困りごとがあれば相談に応じています。公民館でのサロン活動を通して、地域の方々と交流を図っています。地域の問題解決に協力しています。子供さんにとっては、おじさん、おばさんとなり相談にのります。我々民生委員には守秘義務があり、皆様方の秘密は必ず守りますので、民生委員に対し、ご気楽に相談ください。これからも、民生委員にしてお気

軽に相談ください。特に、桃見台地区においては、高齢者の皆様が、お元気で活躍されておりますが、誰もが健康長寿ですごせる桃見台でありたいと思います。「笑う門には福来る」今年も笑顔ですごせる桃見台で、地域の皆様方と一緒に地域活動を展開してまいりますので、民生委員活動に対し、より一層のご支援をよろしくお願いします。

役職	氏名	担当地区
会長	坂本 大	長者
副会長	桑名 肇子	桃見台
委員	石井美詠子	一本松
委員	國分 正子	桜木二
委員	大和田紋子	朝日
委員	三上 友江	一本松
委員	渡邊 安代	西ノ内二
委員	國分喜美子	西ノ内一
委員	内田 貴	咲田
委員	石山 幸子	長者睦・桃見台 23三ノ内シテ
主任児童委員	文字山恵利子	全域
委員	伊藤 美幸	全域

エコキャップ回収事業について



社協桃見台支部

副支部長 柳田 幸子

社協桃見台支部は、「支えあい・助けあいのまち桃見台」をスローガンに地域の福祉の推進と向上を目指し活動して参りました。

今年度も地域の皆様の御協力をいただき、大量のペットボトルキャップ回収が出来、桃見台小学校ボランティア委員会へ引き渡しました。48袋の量にも驚きながら、児童代表の挨拶で「みんなの善意と優しい気持ちが届けています。その

福祉教育推進事業活動



福祉教育推進事業部

副部長 峯田 典子

今年度もつなごう桃見台プロジェクトの寄贈、ペットボトルキャップの贈呈、介護世帯支援事業部と合同で「健康教室」や「介護予防教室」の開催などに取り組みました。福祉委員研修は日本赤十字社福島県支部とヤクルト本社福島工場を見学しました。日本赤十字社では、赤十字の歴史や活動について説明を受けました。赤十字の人動活動は国民から寄せられた社資と寄付金で行っていることや、医療救護だけでなく防災訓練とかリーダーの育成など多くの仕事がある事も学びました。今

思いを一緒に届けられたらうれしいです」と話していました。

大量のキャップは、エコキッズ事務局や、日赤、ワクチン日本委員会を経て、被災地や自然災害への支援、地域再生や後進国への医療など福祉活動の一助となっています。今後も寄付支援を継続していく予定です。ですので皆様の御協力よろしくお願い致します。

年度から赤十字社の職員になられ熱心にお仕事に取り組まれている愛子さまのお話もありました。ヤクルト工場では原料の仕込みから出荷まで機械化された生産システムで衛生的、効率的に製品が造られていました。赤十字社でもヤクルトでもとても熱心のこもったお話にすっかり聞き入ってしまった。各々の役割りを越えて話をし、委員相互の親睦も深められて大変有意義な研修でした。



青少年健全育成 桃見台地区協議会



会長 遠藤 嘉幸

次代を担う子どもたちが
が健やかに、たくましく
成長してほしいと願うのは親御さんば
かりではないでしょう。

地域の皆様やあさか開成高校のボラ
ンティアの皆さんのご協力を得て、地
域の子どもたちに笑顔が戻ってきてい
ます。卓球教室、郡山自然の家での
フィールドワーク、けん玉修業、桃見
学級さんとのボッチャ体験、体操教室。
目を輝かせて一所懸命がんばる姿は、
見ていてほえましくなります。

子どもたちは地域の宝でもありま
す。何かあったら手を
差しのべてやって下さ
い。登下校の際もあた
たく見守っていただ
ければ幸いです。

参加協力いただける
大人たちも楽しめる様
な活動を目指してい
ます。今後共、青少
協の活動に対してご理
解とご協力をよろしく
お願いいたします。



指導員部だより



部長 佐藤 範子

第59回郡山市こどもまつりが昨年5月5日、カルチャーセンターで行なわれました。

天気が良かった為大勢の親子連れで賑わいました。中でも今回初めての長縄跳び。沢山のこども達が列をつくっていました。全然知らない同士なのに、みんなで協力し挑戦！今まで見た事のない光景で凄く楽しんでいました。

7月7日鬼子母神補導・7月22日郡山自然の家体験・11月3日公民館文化祭での少年の主張発表・桃見台小学校、第五中学校の校長先生や担当の先生方にはいつも協力していただき感謝申し上げます。

11月27日第47回郡山市青少年推進大会。推進大会に於いて指導員の渡邊さゆりさんが市長より表彰を受けました。おめでとうございます。

日頃からこども達と同じ目線でやさしく声かけ等通して見守りをしております。今後共御協力の程宜しく願います。令和7年度もこども達と一緒に、指導員一同活動出来る事を願っております。



役満を目指してボケ防止

桃見台マージャンクラブ

代表 六角 吉治

昨年六月に五、六人で発足し、現在は十数名で週一回(金曜日)楽しんでる健康マージャンクラブです。以前麻雀は余り良い印象ではなかったが、最近は飲まない、吸わない、そして賭けないのが原則の健康マージャンが全国的に普及し、子供から介護施設等、また郡山市内の各公民館で楽しまれています。

健康マージャンは会話などしながら楽しく点数を競うゲームで、点数を得るためにいろいろ役を試行錯誤しながら作って、役によつては数百点から数万点を得ることが出来ます。こんな遊びのため子供達にも喜ばれたりまた

フラダンスを一緒に！

ピーチフラ・アロハ

部長 峯田 典子

私たちのピーチフラ・アロハは桃見台公民館で活動を始めから二十四年になります。

現在は部員七人で愛好会のように自分達で話し合つて練習をしています。若い時のようには身体が動いてくれませんが、皆、踊ることが好きなので、振り付けを変えたりして楽しく踊っています。部員相互の親睦を深め、より

公民館クラブ活動

家族麻雀や特に最近は、女性の方の参加が増えていく状況です。

健康マージャンは、先に述べた通りお金を賭けていないため、高得点を得る為にギャンブル的に勝負して、それが裏目となり逆に高得点を振り込んだりのスリル的な要素もあり、さらにゲームの展開中に急に無口になり考えこんでしまうことも多々あり、いかに役を作ったり運を呼びよせ振り込みを無くすかなど推理する為、それなりの頭を使うので、脳の活性化につながりボケ防止のひと役になっているのではないのでしょうか、こんな遊びでよそのグループは月に8回程やっています。当クラブは週一の割合で楽しんでいます。興味のある方は一度見学にお出かけください。

健康になる事を目的としていますが、なにより「楽しく」をモットーのゆるいクラブです。一緒にフラを踊ってみませんか？

毎月第一、第二、第三木曜日の午前十時から十一時半まで桃見台公民館の集会所で練習しています。会費はひと月二百五十円です。

フラのやさしい楽曲に合わせて身体を動かすと、とても気持ち良くなります。良かったら遊びにいらっしやいませんか？ちょこっと体験でも大歓迎です。お待ちしております。



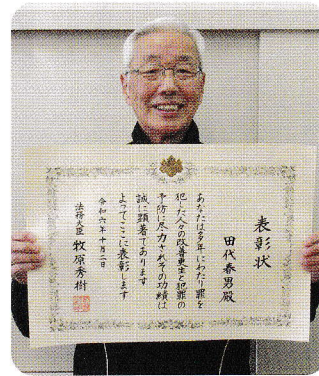
表彰

令和六年度に各種表彰を受けた受賞者の皆さんを紹介します。(順不同)

◆県更生保護大会受賞者

◆法務大臣表彰

田代 春男さん

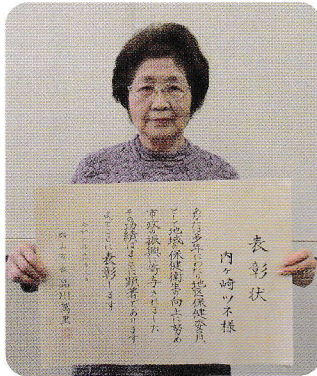


◆市制100周年特別表彰

◆保健衛生の功労

内ヶ崎ツネさん

(地区保健委員歴 25年5月)



○市民福祉、健康の向上に

寄与された方々

保健委員 秋田 陽子さん

清野美千子さん

秋保 礼子さん

國分喜美子さん

◆郡山市自治会連合会会長表彰

咲田第一町会長 佐藤 金重さん

◆郡山市長感謝状

長者睦町会長 影山 幸一さん

◆こおりやま女性パワー

100フォーラム表彰

感謝状

秋田 陽子さん

横尾 恵美さん

◆令和六年度郡山市青少年健全育成推進協議会会長表彰

(青少年指導者の部)

育成指導員 渡邊さゆりさん

◆第10回郡山市「通いの場」普及推進大会

感謝状

パワフル桃見台

(百歳体操)



桃見台地区保健委員会

健康づくり推進委員会

今を元気に！健康に！

健康づくり専門委員

秋田 陽子



保健委員会は、三部門に分かれていて、それぞれが地域の皆様の健康生活に役立つように

活動しております。食生活サポーターは、五月に調理実習(高齢者の健康を考えたメニュー)を行い、中でも白身魚のおかずは、好評でした。七月に育成研修(お家で簡単に野菜を食べるコツ)で学習し、地域の方々へ伝達。十月に減塩メニューの調理実習を行いました。福島県民は、全国で二番目に塩を多く摂取していることですので、減塩の意識高揚に努めてまいります。十二月に講演会「腸を元気にして心身健康に」があり、脳と腸の密接な関係や、心身のストレスが胃腸の調子を悪化させる事等、体の仕組みを知る有意義な時間でした。「今を元気に！健康に！」をテーマとして活動している健康づくり推進委員会は、行政協力活動として、各地域に於いて「がん健診」啓蒙や全体研修会参加があり、六回の自主活動・研修会が終了致しました。1.健康づくり部総会・研修会。2.心と身体のリフレッシュ講座、第一弾。3.心と身体のリフレッシュ講座、第二弾。4.3B体操(ボール、ベル、ベルト)。5.みんなであそんで健康づくり体操。6.楽しい健康づくり体操。コロナ禍の中、感染対策を厳守し、参加者を十六名限定とし、体操内容は、ストレッチ(身体ほぐし)。脳トレーニング(認知症予防)。筋力向上と肩こり、膝、腰痛改善。有酸素運動やバランス運動等と美しい姿勢づくりに効果的です。環境浄化推進委員会は、「保健委員視察研修会」と称して、郡山消防署見学と成田温泉にて懇親会(参加費徴収)を実施。消防署見学は、建物内部と部材用品の説明がありましたが、外部は、常に車の動き激しく、ことに救急車の出入り激しく独特の音を響かせておりました。成田温泉では、昼食を囲む宴会となり、飲む程に盛会となり、すてきな年度納めとなりました。令和七年度に向けて元気に羽ばたきましょう。



公民館利用のお願い

1. 施設の予約は、利用したい日の二ヶ月前より受け付けています。
2. 休館日は毎月第三日曜日と十二月二十九日から一月三日までです。
3. 使用料(冷暖房費を含む)はご利用前に納めてください。
4. 施設・設備・備品は大切に使用し、使用後は必ず清掃してください。
5. 退室前には消灯、戸締り、火気、エアコン、換気扇の点検をお願いします。
6. その他ご不明な点などございましたら職員におたずねください。

編集後記

この度の合同会報発行にあたり、ご寄稿および編集にご協力いただきました関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

この会報が桃見台地域ならではの良さや魅力をお届けし、みなさまのニーズにえられるものとなれば幸いです。

これからも、

地域のみならず

まともにも、

魅力ある地域

づくりに精進

してまいります。



今川テルさん 作