

「なみのだより+プラス」は、「なみのだより」と「いきいき波野だより」の合体号です。

2024(令和6年)



愛称：なみのまもるくん

ふれあいのみちしるべ

なみのだより



9/1

+ プラス

なみのだより 第207号  
いきいき波野だより 第33号

編集・発行 / 波野地区まちづくり委員会 + 波野地区社会福祉協議会 / 波野公民館内 (TEL 83-3573)



世代を超えて楽しむ  
夏の風物詩！納涼祭

### お知らせ

波野地区まちづくり委員会発行「なみのだより」と、波野地区社会福祉協議会発行「いきいき波野だより」は、合同で広報紙を発行することになりました。これにより、地域の活動や多くの情報を一体的にお伝えしていきます。

**目次** (表紙：納涼祭盆踊りの様子)

- いきいき波野だより・・・2～3
- まちづくり委員会 活動報告・・・4～7
- 9～10月までの事業予定他・・・8



# いきいき波野だより



## だれもが安心して暮らすことができる波野地区を目指して

波野地区社会福祉協議会（愛称「いきいき波野」）では、だれもが安心して暮らすことができる地域社会づくりを目指して、区長さんや民生委員さん、ボランティアの方々など地域の皆さんと一緒に支えあい事業に取り組んでいます。

### 令和6年度役員のみなさん

会長	石津勝平
副会長	小原よし江
書記	高須美智子（新任）
会計	泉恒子
会計	坂本とも子
監事	久坂清香
監事	矢幡早苗

日頃より「いきいき波野」の事業にご協力いただき、ありがとうございます。皆さんの弾む話し声や笑顔に、地域交流の楽しさを痛感しております。これからも皆さんと寄り添える事業を行えるよう一緒に取り組んで参りたいと思っておりますので、ご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



波野地区社会福祉協議会  
会長 石津 勝平

## 令和6年度いきいき波野事業計画

### 安全パトロール活動（「なみぱと」）

波野地域の子どもの安全確保と健やかな成長を支援していきます。

また、活動を通して地域住民の連携の再構築を図ることを目的としています。

- ・波野小学校低学年（1～2年生）の下校時の安全を見守ります。
- ・月に2～3回、火・金曜日に実施します。
- ※メンバー常時募集中です。

### 広報活動（「いきいき波野だより」）

いきいき波野の事業や地域住民の支えあい活動、福祉情報を紹介しながら、波野地区の地域力を醸成するための情報提供をしていきます。

※今年度から波野地区まちづくり委員会広報紙『なみのだより』と合併して発行していきます。

### さろん活動（「いきいき波野さろん」）

閉じこもりがちなひとり暮らしの高齢者の方々が交流する機会をつくり、スタッフと一緒に楽しみながら、気軽にふれあえる仲間づくりができるよう支援していきます。

【地区さろん実施予定】

7月 清水・清水新田地区

12月 明石・仲作地区

3月 神向寺・神平地区

- ・お楽しみ会…名所旧跡の散策やお花見（10月～11月）

### 歳末訪問活動

ひとり暮らし高齢者の安否確認事業を行っています。

- ・台所の熱感知器の電池交換と困りごと相談などの把握
- ・歳末のごあいさつと記念品の配布（地区民生委員の方々と一緒に訪問します。）



「こんなに集まる  
ことがないので楽し  
かったねえ」と口々に  
楽しさを交わしながら、皆さん名残惜  
しそうに家路につき  
ました。

七月三日（水）清  
水集落センターで、  
清水・清水新田地区  
の「いきいき波野さ  
ろん」が開催されま  
した。  
参加者は清水シニ  
アクラブ会長小原彪  
さんの呼びかけもあ  
りスタッフを含めて  
二十三名。



## 認知症予防に役立つ 脳を活性化するための5つの方法

- ・人と話をする。
- ・体を動かす。
- ・脳に刺激を与える。
- ・いろいろなことに興味を持ってチャレンジする。楽しむ。
- ・よく笑う。

方波見さんの講話から

ウェルポート鹿嶋の郷・方波見さんによる認知症に関する講話を聴き、アタマとカラダを動かすだけで気軽にできる健康体操（シナプソロジー体操）を参加者全員身振り手振りで実演しました。



ヴォーカルアンサンブル・カンターピレの公演（砂山、シャボン玉、荒城の月など）が行われ、舞台から降りて参加者に交じっての合唱では、全員大きな声で歌いました。



グラウンドゴルフのパットゲームではホールインワンが続出しました。





## 5/18 (土) ピザ作り体験！ お味はいかが？

休日子ども教室「波野元気っ子」  
1回目の事業として  
「くるりん森でのピザ作り教室と  
外遊び体験」を実施。

ピザ作りにさんかして

波野小3年 いしざき きほ



わたしは、くるりん森でピザ作り体けんにさんかしました。ピザは、大好物です。先生は、地いきによって生地がちがいを教えてくれました。それを聞いて全部の地いきのピザを食べてみたくなりました。ピザ作りでは、たたいたりのぼしたりキャッチボールなげたりして、トッピングはトマトソースをかけてチーズまみれにしました。

かまでやいたピザは、あつあつで、いままで食べたピザで一番おいしかったです。またピザ作り体けんがあればさんかしたいです。

## 6/2 (日) 地域がひとつに！ 熱戦のソフトボール大会



第54回波野地区ソフトボール大会がト伝の郷運動公園で開催。

7地区、83名の選手が参加しました。

打った！走った！歓声のなか白球を追いかける。

梅雨前のこの時期恒例の地区対抗ソフトボール大会が開催されました。みんな元気な汗を流してがんばりました。

Aコート、優勝は清水・清水新田地区、準優勝は東宮津台地区

Cコート、優勝は明石地区、準優勝は北宮津台地区 おめでとうございます。



## 波野地区まちづくり委員会☆活動報告☆



6/9  
(日)

### 小学生が挑戦！ サツマイモ苗植え体験

休日子ども教室「波野元気っ子」2回目の事業として「サツマイモ苗植え体験会」を実施しました。11家族25名が参加し、約800本の紅はるかの苗を植えました。

7月13日(土)には1回目の除草作業を行いました。

さつまいもなえうえ 波野小2年 中川 みなと

なえがたくさんあったけれど、ともだちとがんばってやりました。  
草ぬきがおわったあとにアイスを食べました。ガリガリくんを食べておいしかったです。さつまいもが元気にそだってほしいです。

6/11  
(火)

### 宇宙の神秘にウツリ 波野シニア学級 移動学習

今回の移動学習には27名が参加して、つくば市のつくばエキスポセンターを見学しました。

屋外に高さ約50メートルのH2ロケットがそびえ立つエキスポセンターは、1985年に筑波研究学園都市で開催された「つくば万博」の閉幕後に開設された施設で、最新の科学技術や「つくば万博」の様子などが展示されています。

参加した皆さんの中には、約40年前に開催されたつくば万博に来た人もいて、そのころの写真や模型などを見ながら当時を懐かしんでいました。



展示を見た後は、映画館のようなイスにすわりプラネタリウムを鑑賞しました。

大きなお椀を逆さにしたようなドームスクリーンに映し出された夜空を見上げ、銀河や星座が現れたり流れ星が流れたりすると、星に指をさしながら悠久で広大な宇宙の神秘に浸っていました。





7/28  
(日)

## 納涼祭！今年も楽しかった夏の夜

夏の一大イベント、第47回波野地区納涼祭を開催しました。盆おどりやダンス、カラオケや模擬店など、盛りだくさんの催しものに多くの地域の方々が参加し、会場は大いに賑わいました。ご協力いただいた実行委員の皆さま、参加して下さった皆さまに心より感謝申し上げます。来年もぜひお楽しみに！



### アトラクションの部ダンスリーダー

波野小4年 橋本 真帆

私は、7月28日に行われた納涼祭に行きました。私は友達と行動しながら、雰囲気を楽しみました。

そして、いよいよダンスをたくさんの人と踊る時がきました。最初は、とてもドキドキしました。ですが、みんなと踊っているうちにどんどん楽しくなっていました。

習いごとのダンスでも、表情は大切だから笑顔で、みんなも踊りたくなるような表情をしました。こういうきっかけでダンスを始める人やダンスにきょうみをもってくれる人などいてくれたらうれしいです。

来年も今年のようにいろんなことにちょうせんしてみたり、けいけんしたりして納涼祭を楽しみたいです。

### のうりょう祭で楽しかったこと

波野小3年 すず木 うた

わたしは、お祭りで、やぐらのまわりをみんながかこんでおどったことが楽しかったです。お祭りのまえに学校でぼんおどりやダンスをれん習をしたことも楽しかったです。

やたいでは、ボールすくいやくじびきなどもドキドキしてたのしかったです。

来年もお祭りにさんかして、次は、がんばっておどったでしょうをもらえるようにがんばります。



# 今後の主な事業予定 9~10月

9月 3日(火) 13日(金)・17日(火)	14:30	なみぱと 
9月 7日(土) ※雨天時8日	8:30	休日子ども教室「波野元気っ子」(さつまいも試し掘り)
9月20日(金)	13:30	波野輪会議(※地域福祉を考える会。誰でも参加OK)
9月24日(火)	10:00	お茶こ(大人のぬり絵)
10月 4日(金) 22日(火)・29日(火)	14:30	なみぱと 
10月13日(日)	9:00	第48回波野地区住民体育祭
10月15日(火)	8:40	ハッピーライフクラブ②(陶芸体験)
10月18日(金)	9:00	いきいき波野ひとり暮らし高齢者お楽しみ会
10月26日(土) ※雨天時27日	8:30	休日子ども教室「波野元気っ子」⑤(秋の収穫祭)

## いきいき波野イメージキャラクター 愛称大募集!!



### プロフィール

波野地区でも見受けられた、きれいな水辺にすんでいるといわれるカワセミの男の子。コバルトブルーの羽根を持つカワセミは「幸福の青い鳥」と呼ばれていることから、波野地区にも幸福が訪れるようにとの願いが込められています。

### 【応募方法】

波野公民館「なみのギャラリー」にある応募用紙か下記のQRコードから応募してください。

### 【応募期間】

令和6年9月1日(日)～  
10月31日(木)まで

### 【審査方法】

波野まつり期間中、投票による審査

### 【命名賞】

1名(賞品:クオカード1,000円)

### 【発表】

3月発行の  
「なみのだより+プラス」で発表

応募はこちらから⇒



## 編集後記



一段と暑かった夏から、陽気も移り変わろうとしています。季節の変わり目に新しい“なみのだより+プラス”をお届けします。「いきいき波野だより」との合併号で、それぞれの編集メンバーが新たな気持ちで臨みました。これらの紙面から、みんなで参加する元気な波野づくりを感じていただければ幸いです。

(CHI)

