

桜ヶ丘まちネット にこにこサロン

毎週木曜日
13:30~16:00
桜ヶ丘集会所
参加費 200円

コーヒーとおしゃべりの他にもいろいろな楽しみがあります。
ぜひご参加ください。



ポッチャ体験会 6/8



大人も子どもも
真剣勝負!

ポッチャ&スポーツ吹き矢体験会 7/27
協力:桜ヶ丘児童館、桜ヶ丘元気塾

サンテュオバンド

トランペットと
トロンボーンの
演奏を楽しんで



七夕食事会 7/6 桜ゆうゆう会共催

にこにこサロン これからの予定

- 10/26 にこにこ文化祭
 - 12/14 クリスマス会
 - R6 1/11 お汁粉の会
 - 2/8 お茶を楽しむ会
 - 3/7 お花見の会
- (🌸は桜ゆうゆう会共催)

※毎月第3週は「にこにこシアター」
映画の日です。
※毎月第4週は「吹き矢」もできます。

毎日できる簡単な 体操をご紹介します!!

大腿四頭筋を鍛えよう!

人体の中で一番大きな筋肉です。歩く、立ち上がる、しゃがむなど色々な動作に使用します。

スクワット

- ① 足を肩幅に広げて立ちます。
 - ② 上半身が前に傾かないように、真っすぐ腰を下ろしていきます。
 - ③ 椅子に座るようなイメージで、膝がつま先よりも前に出ないようにして戻ります。
- ※椅子に立ったり座ったりするだけでも充分効果的です。
転ばないように気を付けて行いましょう。



編集: 桜ヶ丘まちネット 広報部会

問合せ先: 多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 まちづくり推進担当

電話 042-373-5616 FAX 042-373-6629

メール sakuragaoka-mn@tamashakyo.jp



~ふれあい心豊かな街をめざして~

桜ヶ丘まちネット

さくらの丘だより



桜ヶ丘まちネット会報

第25号

令和5年8月

桜ヶ丘まちネット全体会のご報告

令和5年度 第1回全体会 6月10日(土)
参加: 17団体 24名

まちネットについての説明、各団体による情報交換のほか、グループに分かれての討議が行われた。

▶多摩市社会福祉協議会の「地域福祉活動計画」は、多摩市の「地域福祉計画」と連携した取り組みを行っている。その中で、「桜ヶ丘まちネット」は桜ヶ丘地区の「地域福祉推進委員会」として、情報共有やつながりづくりを通して、地域課題の解決に向けた活動をしている。

- ▶前年度全体会で、「住民同士が交流する機会が増えるように地域で気軽に立ち寄れる場所があるといい」という意見が出された。
- ▶今回、「桜ヶ丘の居場所マップづくり」を主題にグループ討議を行い、それぞれの立場からいろいろな意見が出された。
- ▶今後、「ずっと住み続けたいまち」をコンセプトとし、みんなで参加、一緒に考え、思いを形にしていく。課題であった近所付き合いの希薄化、自治会活動への無関心化に対処するためにも、今年度は「桜ヶ丘の居場所マップづくり」を引き続き討議しながら進めていきたい。
- ▶全体会を年3回から4回に変更。話し合いの場を増やしたい。次回9月開催予定。



いろいろなお祭り 楽しもう!

ゆう桜ヶ丘夏まつり

8/25(金) 前夜祭
15:30~20:00
8/26(土) 本まつり
15:00~20:00
ゆう桜ヶ丘・原峰公園広場

山神社例大祭

9/30(土) こどもこし
宮出 13:30
宮入 17:00
落語(早稲田落語研究会)19:00
10/1(日) 太鼓・神輿
宮出 10:00
宮入 18:00 予定

熊野神社例大祭

9/9(土) 宵宮
9/10(日) 例祭
【神輿渡御】
宮出 13:00
宮入 17:00 頃

せいせきみらいフェスティバル 2023

~みんなのせいせき みんなのみらい~

9/17(日) 16:00~19:00
打ち上げ花火 18:30~
一ノ宮公園&多摩川河川敷

KAOFES 2023

9/17(日) 10:00~16:00
一ノ宮公園&多摩川河川敷

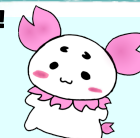
桜ヶ丘まちネット(桜ヶ丘地域福祉推進委員会)とは

多摩市桜ヶ丘で活動している個人・団体・専門職などがつながるネットワークです。全体会、サロン運営、講座など行っています。

詳細はホームページへ



インスタはじめました!



キャラクターのネーミング投票実施中! 9/10まで
桜ヶ丘児童館のみんな、すてきな名前ありがとう