

日	曜		行 事	内 容	場 所	時 間	主 催
1	土	先負					
2	日	仏滅	高齢者体力測定	体力測定(6種類)・健康体操	旧富山小体育館	13:30～	スポーツ推進員連絡協議会
3	月	大安					
4	火	赤口					
5	水	先勝					
6	木	友引	出張にこにこ広場	親子の交流の場	富山公民館	10:00～15:00	子育て支援センター
			修園旅行	年長のみ	千葉市動物公園		富山幼稚園
7	金	先負					
8	土	仏滅	運動会		ふれあいスポーツセンター	9:00～	白鳩保育園
9	日	大安	第10回ふせひめ体育大会		多目的運動場		富山地区体育振興会
10	月	赤口	よめこい	婚活イベント	富山学園		内房商工会
			地引き網と海鮮バーベキュー	宿泊込または当日参加(要予約)	岩井海岸	7:40～	岩井民宿組合
11	火	先勝	園庭解放	戸外遊びを楽しむ	平群保育所	10:00～11:00	平群保育所
12	水	友引					
13	木	先負					
14	金	仏滅					
15	土	大安	岩井海岸清掃		岩井海岸		久枝1.2観光
			おはなしだいすき	おはなし会	富山公民館	10:30～	あひるの会
16	日	赤口	平群天神社をみんなできれいに	天神社清掃	平群天神社	13:30～15:00	平群地区社協
17	月	先勝					
18	火	友引	就学時健康診断		ふれあいスポーツセンター		富山幼稚園
19	水	先負	ふれあいランチサービス	見守りが必要なお年寄りの方にお弁当を配る	富山コミセン		とみやま福祉サポセン
			6年生修学旅行				富山学園
20	木	仏滅	6年生修学旅行				富山学園
21	金	大安					
22	土	赤口	里見発見伝ウォーク31	くわしくは1ページをご覧ください。			ふらっと
			平群祭礼				
23	日	先勝	地引き網と海鮮バーベキュー	宿泊込または当日参加(要予約)	岩井海岸	7:40～	岩井民宿組合
24	月	友引					
25	火	先負	平群天神社祭典				
26	水	仏滅					
27	木	大安	骨粗しょう症検診	健診(35・40・45・50・55・60・65・70歳女性) ￥300	ふれあいスポーツセンター	午後	南房総市
			三地区交流会	三芳・富浦・富山幼稚園	大房公園		富山幼稚園
28	金	赤口					
29	土	先勝	きらきら会	ハッピー・ハロウィン	富楽里	10:00～	白鳩保育園・富楽里
			合同文化祭				富山学園
30	日	友引					
31	月	仏滅					



ふらっと 通信

平成28年9月

第74号

発行：南房総市 富山地域づくり協議会「ふらっと」 (TEL 0470-57-3000 FAX 0470-57-3002)
 企画編集：地域づくり支援員
 〒299-2216 南房総市久枝327番(南房総市富山地域センター内)
 メールアドレス：tomy_furatt@yahoo.co.jp

11/3 祝日

伏姫秋まつり開催



旧平群小学校校庭・平群体育館で伏姫秋まつり（秋の収穫祭）を開催します平群保育所・白鳩保育園・富山幼稚園・富山小学校・富山中学校児童生徒の作品展や楽しい催し物を予定しています。詳しくは次号でお知らせします。

申込み 9月12日(月)より受付を開始

コース概要(約11キロ)
 南房総市駐車場出発、富山東側登山口、富山南峰、吉井側へ下山、吉沢の春日神社を経由、集合場所へ戻る(車で平群コミセンに移動)平群コミセンで夕食・休憩、平群運動場でミセンの見学(18時頃から)平群コミセンで解散(19時頃)

募集 50人程度(9人以下の場合募集は中止)
 集合 富山中学校南側の「南房総市駐車場」に12時50分まで
 参加費 700円(お土産代、保険代、資料代他)おつりの無い様お願いいたします
 持ち物 夕食、飲み物、懐中電灯、保険証、雨具

期 日 10月22日(土)雨の場合は中止

今回のウォークは、富山を東側ルートから登り、吉井・米沢地区を歩きまわす。そして天神社の祭礼(平群郷の祭礼)を見学します。

里美発見伝ウォーク31

富山を東側ルートから登り、下山後、平群天神社の祭礼を見学します。

10/2(日) 13:30から開催

★★高齢者体力測定★★

「これくらいなら大丈夫」と思っていたのに
 転びそうになったことはありませんか？

体力を知ることは健康診断で自分の健康状態を知ると同じです。自分の体力を知り、転倒防止や健康づくりに向け、まずは自分の体力を知ることから始めましょう。

申込期限
9月28日(水)まで

内 容：①体力測定(握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行)
 ②簡単にできる健康体操

参加費：無料

会 場：旧富山小体育館

持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物(素足で行う為、上履きはいりません)

申込み：富山地域づくり協議会「ふらっと」事務局へ連絡(TEL 57-3000)

主 催：南房総市スポーツ推進員連絡協議会



～8月は夏のイベントで盛り上がりました!!～

「伏姫夏まつり」に約1,700人が参加 夏を楽しみました

8月7日(日)16:00から、伏姫夏まつり実行委員会主催の「伏姫夏まつり」が開催され、多くの来場者でにぎわいました。富山・富浦中学校プラスバンド部の演奏に始まり、福笑い(イケメンハダ士は誰だ!)・アワビの貝殻投げ・BBB(ボケ防止バンド)・祭りばやし+子ども神輿・盆踊り+みんなでフラダンスなど多くの催しものが行われました。また、南房総市イメージキャラクターの「みなたん」と茨城県坂東市からはるばるやって来た「ねぎしい」が伏姫夏まつりを一層盛り上げていました。



富山・富浦中学校プラスバンドの熱のこもった演奏に大喝采

模擬店周辺は、大勢の来場者で大賑わい

子どもたちが自然とふれあうことにより豊かな感性を育み、子どもたちと地域の人たちのふれあいの場となるように「ふらっと」夏休み企画が開催され、多くの子どもたちが参加してくれました。

七夕のお話と夏の星空観察会

8月9日(火)19:00から市部の観音山で開催されました。ちなみに、9日は旧暦の7月7日という事もあり、夜空には天の川と織り姫・ひこ星を見ることができました。講師である鋸南中の鈴木校長先生と山中先生に夏の星座について説明して頂いた後、参加者は望遠鏡を夢中になってのぞいていました。観察前には“銀河鉄道の夜”の上映とあひるの会にご協力頂き“天の川にかかる橋”の紙芝居を行い、夜空にロマンを感じました。



星の解説後、夏の星座を望遠鏡で観察する参加者の皆さん

水辺の生きものの観察会

8月13日(土)9:30から南房総エコネットさんの協力のもと、吉井農村公園内で、水辺に生息している様々な生きものの観察会を開催しました。小川には、蜚の生育に必要なカワニナやサワガニ・ヤゴ・ヘビトンボなどが多く生息していました。観察会後は生きものを小川に戻し、成長を願いました。



採取した水辺の生きものに、こどもたちは興味深々・・・(写真は、数種類のカエル)

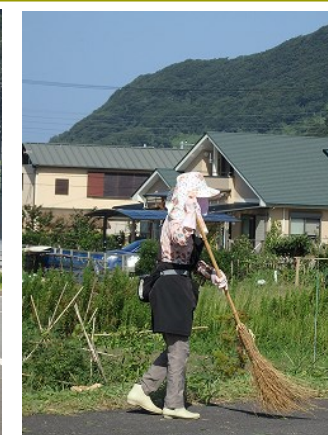


南房総エコネットさんの説明のあと、結果をシートに書き込む子どもたち(夏休みの自由研究に役立ちます)



市部バイパスの草刈り清掃を行いました

9月1日(木)8:30から彼岸花植栽地である市部バイパスとバイパスからJA安房間の草刈り清掃を実施しました。台風一過の晴天で、少し秋の風を感じながら13名の会員で草刈り清掃を行いました。これは例年、彼岸花開花前に行っている活動で、秋の彼岸には富楽里から竹内の間に赤い帯の道が出現することとします。皆さんお近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。



里美発見伝ウォーク29を開催しました

8月11日(木)の山の日、内房の花嫁街道(林道下要路線→嶺岡林道→旧佐久間小前へ下る道)を歩き、佐久間十王堂・瀬戸口(碎石場前)・富楽里を経て、富山伏姫籠穴前に到着、舞台上で「大房岬自然の家」職員による指導のもと森林セラピーの体験を行いました。森の中でのストレッチはとても気持ち良く、参加者はウォーキングの疲れも解消したと大満足でした。



森林セラピーとは?

森の緑あふれる空間に身を置くと、人は安らぎを感じます。この効果は「森林浴」として、昔から人々に親しまれてきました。

森林セラピーとは、この森林浴の効果が、医学的・科学的に解明されたものをいいます。森の環境を利用して、癒し効果を感じることで、心身の健康維持・増進・疾病の予防を行うことを目指すものです。その香りや空気、木漏れ日を感じながら・・・

森や自然の緑に、あなたも癒されてみませんか・・・



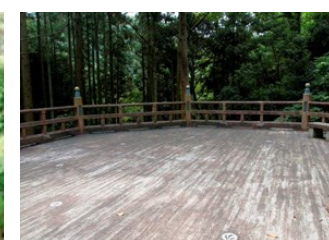
市内7カ所のセラピーロード

セラピーロード

富山地区：伏姫・八犬伝の道



アクセスポイントにある山門をくぐり、ロードが始まります。



静寂な雰囲気の中に身を置き、心身共に洗われるような気がします。

資料：南房総市「いいとこどり」より抜粋

