



瀬戸谷地区交流センター

(藤の瀬会館)

藤枝市本郷876番地

電話 639-0120

FAX 648-2755

E-mail

瀬戸谷地区「保健講座」が開催されました！

7月29日(土)、藤の瀬会館イベントホールにおいて地域の皆さん約50人が参加して「保健講座」が開催されました。

講座では藤枝市立総合病院の石神直之医師から「生活習慣病について」と題して、生活習慣病の実態とその大きな要因の1つである高血圧の予防についてのお話がありました。藤枝市では5年前と比べて高血圧所見者の割合が大きく増えており、高血圧有病者の割合も静岡県平均を超えているとのこと
で、高血圧を改善するためには現在の4割以上の減塩を目指し、徐々に薄味に慣れなければならないとのこと
です。



また、藤枝薬剤師会の松永敏広さんから「ポリファーマシーについて」と題して、薬の多剤服用防止のため「かかりつけ薬局」や「かかりつけ薬剤師」が必要とお話がありました。

皆さん、健康寿命を延ばすため日常から生活習慣の改善に努めてください！



出かけっCAR事業 試行運転始めました！



瀬戸谷買援隊では、高齢者の移動支援として、これまで実施していた「ゆらくバス」による買い物支援に加え、7月から新たな移動支援事業として、毎週水・木・金の3回(自治会毎に週1回)、地元のボランティアによる『出かけっCAR』を開始しました。

この取り組みは乗用車で迎えに行き、目的のスーパーなどで買い物をして、利用者宅まで戻ってくるというもので、買い物がより便利になります。利用料は1回400円ですが、当分の間は試行期間のため無料で利用できます。

買い物などに不便を感じている高齢者の皆さん、ぜひ会員登録して『出かけっCAR』をご利用ください。詳しくは藤の瀬会館までお問合せください。



「第34回せとやまるかじり」開催決定！！

「せとやまるかじり」が11月18日(土)、19日(日)の2日間開催されることとなりました。昨年は新型コロナ感染拡大防止のため制限を設けての開催でしたが、今年はコロナ前と同じ基準で実施することになりました。地場製品の販売や飲食店の出店、絵画や工芸などの作品展示、ステージでの踊りや演奏などの発表の参加者も募集しています。

お問合せやお申込みは藤の瀬会館まで。皆さんのご参加をお待ちしています！

夏休み向け講座行いました！

親子ペーパーグライダー作り教室

8月19日(土)、日本紙飛行機協会の黄前征夫さんを講師に迎え、藤の瀬会館で「親子ペーパーグライダー作り教室」を行いました。紙飛行機と言ってもケント紙とバルサ材を使った本格的なもので、主翼や尾翼などの位置や角度などを調整しながら親子で協力してペーパーグライダーを作りました。その後、芝生広場に出て作ったペーパーグライダーをみんなで飛ばしました。予想以上に遠く長く飛行するため、みんな暑さも忘れて夢中になって飛ばしていました。

夏休みのよい思い出ができましたか？



夏休み川の生き物観察会

8月20日(日)、藤の瀬会館近くの小田野沢ビオトープと小田野沢川で、本郷ふる郷普請の会の皆さんとエクノスワタナベの伊藤さんを講師に迎え、「夏休み川の生き物観察会」を開催しました。

子どもたちは、講師から川や湿地、草むらでの魚や虫の捕り方と注意事項などの説明を受けた後、川やビオトープでトンボやヤゴ、イモリ、ヨシノボリ、サワガニなど、たくさんの生き物を捕まえ大喜びでした。

最後に採った生き物を持ち寄り、講師からその生き物の生態や特徴などについて説明を聞いて、みんなで観察しました。

瀬戸谷の豊かな自然環境とそれを守る大切さを感じてもらえたら嬉しいです。



講座受講生募集！

○申込先：藤の瀬会館 (☎ 639-0120)

①せとや山麓「瀬戸谷ハイキングI」

藤の瀬会館から烏帽子形山に登り、花倉城跡まで足を延ばします。帰りは北側に下山して、藤の瀬会館に戻る約5時間の周回コースです。

開講日：10月15日(日) 午前9時～午後3時

※雨天の場合は別途日程調整します

定員：20人(申込み順) 講師：川村浩一さん(藤枝山岳会)

コース：藤の瀬会館→紺屋→烏帽子形山→花倉城跡→藤の瀬会館

受講料：400円

持ち物・服装：登山のできる服装と装備、お弁当、飲み物など

○お申込みは、9月12日(火)から



②「ドローン入門体験II」

ドローンについて基礎から学ぶ初心者講座です。操縦方法や基本ルールを学び、ドローン操縦を体験します。

開講日：10月21日(土) 午前10時～正午

対象：16歳以上の方

定員：10人(抽選)

講師：鈴木俊哉さん(CHIRAYA)

場所：藤の瀬会館及び広場

受講料：400円

持ち物：筆記用具

○お申込み期間、9月27日(水)～

10月4日(水)



③「家康の戦いと遠江の城探訪」

今年の大河ドラマの主人公・徳川家康ゆかりの遠州の城跡を平井登さんと訪れます。

開講日：①10月26日(木)、②12月8日(金)

時間：午前9時～午後4時

行先：①浜松城、大河ドラマ館、杜山城跡

②横須賀城跡、馬伏塚城跡他

定員：30人(申込み順)

講師：平井登さん(静岡古城研究会)

受講料：800円(2回分)

入場料：1,000円(1回目のみ)

持ち物：山登りできる服装、お弁当、飲み物など

○お申込みは、9月27日(水)から

