



# 西太美だより

- ◆ 西太美地区現在の姿（9月末現在）◆
- 人口 726人（男:328 女:398）
- 世帯数 253世帯

第270号(令和4年11月1日)発行

西太美地域づくり協議会

〒939-1681

富山県南砺市才川七 1744-3

西太美交流センター内

TEL・FAX 0763-55-1126

e-mail nishifutomi.kmn@gmail.com



## フレイルチェックで健康を再確認！

10月13日（木）年齢とともに筋力や心身の活力が低下し介護が必要な状態になりやすい「フレイル」に気づいていただくために、貯筋運動教室の参加者などを対象にフレイルチェックを行いました。

南砺市地域包括ケア課やフレイルサポーターの皆さんから説明を受けた後、アンケート記入や筋肉量、舌の動きなどの測定を行いました。フレイルは、早めに気づいて食事や運動に気を付ければより長くいきいきと動くことができます。健康寿命をのばすために、普段の生活でもフレイル予防を意識した生活をおくりましょう。



あなたの  
フレイルを  
チェック！



## 第12回キバナコスモスまつり



9月3日（土）～10月2日（日）イオックスアローザにて、キバナコスモスまつりが開催されました。期間中大勢の人が訪れ、オレンジ色に染まったゲレンデや眼下に広がる砺波平野を楽しんでいました。休日は福光中学校吹奏楽部の演奏やナイトゴンドラ運行、ドッグランなど様々なイベントが行われ、飲食ブースは行列で賑わっていました。爽やかな天候のもと、赤や黄色など色とりどりのコスモスが、風に吹かれながら秋の深まりを告げていました。



色鮮やかなコスモスを楽しむ観光客

## 清掃活動ありがとうございました

9月24日（土）地域おこし支援隊は小院瀬見地区からの要請を受けて草刈りを行いました。

10月2日（日）西太美地区のシルバー会員の皆さんに交流センターグラウンドの草むしりをしていただきました。10月15日の「シルバーの日」に合わせ、各地区での社会奉仕を目的に行われたもので、お陰ですっきりときれいになりました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



西太美地区シルバー会員の皆さん

## 福光防火大会が行われました

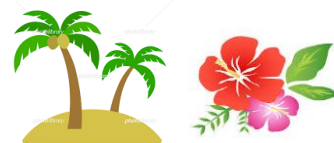
9月25日（日）小矢部川河川公園にて福光防火大会が行われ、消防団福光方面団、各地区の自主防災会などが参加しました。消防車両が福光地域内を巡回した後、アトラクションでは自主防災組織のバケツリレーなどが行われました。会場には体験コーナーが設けられ、参加者は防災に対する心構えを再確認されていました。



力を合わせてバケツリレー

## フラダンスで南国気分 ♪

10月7日（金）石楠花の会はフラダンス鑑賞を行いました。福光フラダンスサークルの皆さんに「月の夜は」など6曲踊っていただきました。また、参加者はフラダンスの簡単な手さばきを教わり踊ってみたりしました。当日は雨で肌寒い日でしたが、南国ムードたっぷりの音楽や踊り、素敵な衣装に皆さんうっとり。アンコールもあり会場内はまるでハワイにいるかのようでした。



## 「さくらの小院瀬見」に

10月16日（日）南砺市住民有志でつくる会「福光千本桜プロジェクト」は、小院瀬見の即成寺跡や小矢部川近くで桜の苗木の植樹を行いました。当日はインターンシップで訪れている金沢大学の学生らも参加しました。参加者らは将来「桜の小院瀬見」として有名になるよう期待を込め、シャベルやスコップでソメイヨシノの後継種「神代曙」や「舞姫」の苗木を植え付けました。



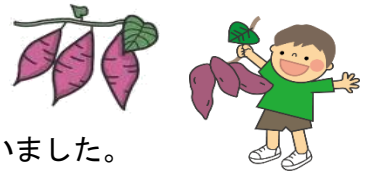
きれいな花を咲かせますように

## 西太美カローリング愛好会おめでとうございます

9月21日（水）令和4年度福光老連会長杯カローリング大会が福光体育館で開催され、西太美Bチームは次勝の成績となりました。

10月18日（火）第10回南砺市老連カローリング大会が福野体育館で開催され、西太美Aチーム（長谷川慶一、村田喜美居、長谷川幸江）は見事優勝されました。おめでとうございます。

## 南部校区合同子ども焼き芋大会



10月15日（土）広瀬館交流センターで南部校区合同こども焼き芋大会を行いました。

広瀬館地区の畑でサツマイモ掘りの後、消防団なんとレディ分団に紙芝居で火の怖さや注意をお話していただきました。続いて、芋のツルを利用してリース作り。ドングリや千日紅等の草花をアレンジし、素敵なリースが出来上がりました。最後に焼き立てほくほくの焼き芋が配られ、美味しそうにかじりつく姿が見られました。校区合同ということで大勢の参加があり、楽しそうに遊んでいる姿が印象的でした。お世話をして下さった広瀬館地域づくり協議会の皆さま、ありがとうございました。



でっかい芋掘れたー！



リース作り、どんな飾り付けにしようかな



焼き芋、熱いけどおいしい〜♪

## 「西太美地区住民アンケート調査報告書」を作成しました

令和4年3月の西太美地域全住民（中学生以上）を対象としたアンケート調査にご協力いただきありがとうございました。このたび、アンケート結果をまとめましたので全戸配布いたします。

地域づくり協議会は皆さまからのご意見を取りまとめるとともに、思いをくみ取り、将来の西太美地域の中長期計画作成に反映できるよう取り組んでいきたいと思います。



## 第37回西太美交流センターまつりを行います

※詳しくは別途チラシをご覧ください。

とき 11月6日(日) 午前11時～午後3時  
 ところ 西太美交流センター  
 内容 ステージ発表、作品展示、飲食コーナー



★無印良品の移動販売が行われます！（お菓子など）

★ステージ特別ゲストとしてシンガーソングライターの北村瞳さん（広瀬館在住）のショーを行います！

## 11月～1月 スマホ教室を開催します

※詳しくは別途チラシをご覧ください。



11月は「LINEの使い方を学ぼう！」初級者向けLINE（ライン）の使い方、便利な機能など

とき 11月10日 午後1時30分～3時00分 参加費 500円 先着12名  
 ところ 西太美交流センター 講師 まとめる専門家 松本 千尋先生

## 【令和4年11月・12月の行事・交流センター利用予定】

11月	1日(火)	3B体操(以降毎週火曜日)	14:30～15:30	交流センター・ホール
	2日(水)	ペタンクサークル(以降毎週水曜日)	9:30～11:30	交流センター・グラウンド
		南砺消防署防災ヘリコプター合同訓練	10:15～11:15	IOX アローザ駐車場
		交流センターまつり準備	19:30～21:00	交流センター・全館
	4日(金)	よさこいサークル	19:30～21:00	交流センター・ホール
	6日(日)	第37回西太美交流センターまつり	11:00～15:00	交流センター・全館
	10日(木)	貯筋運動教室(以降毎週木曜日)	10:00～11:00	交流センター・ホール
		移動図書入替	午前中	交流センター・図書室
		スマホ教室「ラインの使い方」	13:30～15:00	交流センター・和室
		民謡サークル	19:30～21:00	交流センター・図書室
	11日(金)	福光地域指導員会	13:30～16:30	交流センター・和室
	17日(木)	タブレットかふえ	13:30～16:00	交流センター・和室
		高砂大学「金沢都市史」	14:00～15:30	交流センター・ホール
	18日(金)	石楠花の会「マイナンバーカード取得のお話し」	13:30～15:00	交流センター・和室
	22日(火)	Casa 小院瀬見料理教室	9:30～11:30	交流センター・和室、調理室
		地域づくり協議会定例幹部会	19:00～21:00	交流センター・和室
	23日(水)	雪恋まつり(神事、雪曳のみ)	10:00～	IOX アローザ
	24日(木)	そくさい会「オカリナを楽しもう」	13:30～15:00	交流センター・ホール
		民謡サークル	19:30～21:00	交流センター・図書室
	25日(金)	広報発行		各区長宅
	26日(土)	3世代交流会「おはぎ作り」	9:30～11:30	交流センター・和室、調理室
12月	8日(木)	スマホ教室「マイナンバーカードの申請方法」	13:30～15:00	交流センター・和室
	15日(木)	タブレットかふえ	13:30～16:00	交流センター・和室
		高砂大学「うすななかヒストリー」	9:00～16:00	交流センター前集合
	16日(金)	石楠花の会	13:30～15:00	交流センター・和室
	22日(木)	そくさい会	13:30～15:00	交流センター・ホール
	26日(月)	冬休み子ども教室	9:00～17:00	交流センター・和室、ホール

