

神居神社例大祭のお知らせ ～9月1日(火)午前10時

毎年9月1日に神居地区のお祭りがあり、神居の3つの地区でそれぞれ催しが行われます。出店やよさこいソーラン等色々ありますので、皆さんぜひお祭りに参加してみませんか。

協賛行事 地区市民委員会実行委員会

- 【忠和地区】**
- 常盤礼子ショー
8/31(月)18:30～ 忠和地区センター
 - 舞踊パレード
9/1(火)12:10～ やまびこ公園～環状線～遥拝所
- 【中央地区】**
- ふれあいフェスティバル、舞踊パレード他
9/1(火)13:30～ やわらぎ斎場～環状線～神居2の10駐車場
 - 子供盆踊り、仮装踊り
9/1(火)・2(水)18:30～ かむい中央公園

- 【東地区】**
- 舞踊パレード
9/1(火)14:50～ 歯科学院～環状線～住民センター
 - ふれあいフェスティバル演芸大会
9/1(火)18:00～ 神居住民センター
- 【遥拝所】**
- よさこいソーラン踊り
8/31(月)20:00～ 遥拝所境内



第11号
平成27年
8月21日発行

- 主な内容—
- *カム in! 支所マルシェの紹介
 - *頑張る放課後の子どもたち
 - *かむい遊びの学校
 - *消防団の防災訓練

カムイ新聞
まち協

お知らせ

神居公民館 市民講座 「昭和俳優名鑑」を開催します

神居女性学級と合同で、昭和の男優、女優について学びます。遠い昔、あなたの胸を熱く焦がしたあの俳優も出てくるかもしれません。昭和、カムバック!

と き：10月6日(火)13時～15時
と ころ：神居公民館(神居2条9丁目)
申 込：9月24日(木)から神居公民館
Tel 61-2575
(平日8:45～17:15の間)



神居まちづくり推進協議会事業 「安心ある暮らしを地域で守る」 を開催します

と き：10月28日(水)13時から2,3時間
と ころ：神居公民館 大会議室(神居2の9)
参加料：無料
内 容：私たちの暮らしを脅かす「悪徳商法」や「振り込め詐欺」などについての講演会や、「成年後見人制度」についての説明を行う予定です。詳細については、決まり次第チラシなどでお知らせします。皆さんのご参加をお待ちしています。



◆なつかしの風景◆

..... **あとがき**
9月12日(土)に開催される支所マルシェに、旭川市公認ゆるきゃらの「ゆっきりん」が遊びに来ます。ゆっきりと一緒に写真を撮りたいちびっ子たちはカメラを持ってきてね!
無料でゲームもできるので遊んでいってね。おみやげもあるかも?
次号予告 次号は来年2月に発行予定です。どうぞ楽しみに!!



◆◆ご意見・お問合せ◆◆
編集・発行：神居まちづくり推進協議会(まち協)
〒070-8012
旭川市神居2条9丁目1番19号 旭川市神居支所内 編集室
TEL 0166-61-2311 FAX 0166-61-8294
E-mail kamui_br@city.asahikawa.hokkaido.jp

まち協委員
石坂会長、佐々木副会長
荒木副委員、大河委員、笠原委員、小平委員、
清水委員、林委員、廣瀬委員、藤原委員、
古田委員、古山委員、三宅委員

「カム in! 支所マルシェ」開催決定!!

今年で3回目となる「カム in! 支所マルシェ」は神居まちづくり推進協議会の「神居まちづくり再生(ルネサンス)」事業の一環として開催されるイベントです。

地場の新鮮な農作物、美味しいスイーツやパン、はちみつ、コーヒー豆などの販売や、焼鳥、江丹別そばなどの飲食コーナー、昨年も大好評のキッズコーナーや介護相談、健康相談のコーナーもあります。そして今回は、ゆっきりんも遊びに来てくれる予定です!(あさっぴーは出張中のため来られません)ご家族で、お友達同士でお誘い合わせの上、ぜひご来場ください!!

カム in! 支所マルシェ

と き 9月12日(土) 9:00～14:00
と ころ 神居支所玄関側駐車場
詳 細 神居まちづくり推進協議会事務局(電話61-2311)



「カム in! 支所マルシェ」に出店予定の地元のお店をご紹介します



1店目は、神居十字街にお店を構える「ヤム ヤム イエロウ」さんです。
現在夏期営業中の同店は、街のお洒落な喫茶店。メニューは、コーヒーやソフトドリンク、自家製グラノーラ、サンドウィッチ、ホットドッグ、ワッフルなど。店内は落ち着いた雰囲気です、つい長居をしてしまいそう。店主の阿部さんの気まぐれ?でケーキや焼きたてパンが並びこともあるそうですよ。

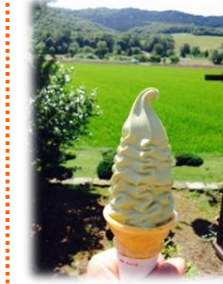
2店目は、富沢で季節営業中の「ソフトクリームのかくら」さんです。
カムイの杜公園のすぐそばにあり、上雨紛のクリームリー農夢さんの牛乳を使用したソフトクリームやアイスクリームなどを、のどかで美しい田園風景の中で頂くことができるお店です。



「甘味の他に、採れたて新鮮野菜の販売なども行っていますので、ぜひお越し下さい」と店主の高橋さんが素敵な笑顔でお話してくださいました。

YUM YUM YELLOW (ヤム ヤム イエロウ)

住所 神居3条11丁目
1-11
電話 63-3740
営業 月・金・土・日曜日
11:00～17:00



ソフトクリームのかくら

住所 神居町富沢278-10
電話 62-6202
営業 金曜日以外
(晴れの場合は金曜日も営業)
9:00～19:00
(野菜販売は午前7時頃から)

頑張る放課後の子どもたち

このコーナーでは、目標に向かって力を合わせて頑張っている子どもたちの団体を紹介していきます。今回は神居東陸上少年団を紹介します。指導にあたる阿部宏嗣 教諭にお話を聞きました。

少年団には、現在小学2年生から中学3年生までの58人が在籍しています。神居地区だけではなく、市内一円、東神楽町や鷹栖町からも来ています。夏場の練習は週5回くらい、午後4時～6時までの2時間行います。種目は、短・中・長距離、投てき、幅跳び、高跳び、ハードルがあります。練習は楽しく、目標を持たせる、ほめてあげるをモットーに指導を行っています。そして次に繋がる練習をすることを意識しています。



阿部 宏嗣 教諭

全道大会へ今年は30人出場しました。普段から全道大会で優勝を狙える子たちと一緒に練習することで、相乗効果を生んでいると思います。素質のある子が全道大会で上位を取ることも、もちろんうれしいのですが、そんな目立たなかった子が強くなり、自信を持つ姿を見ることも喜びです。



指導は現在1人で行っているため、全員を同時に見ることができず申し訳なく思うのですが、熱心な保護者の方々のサポートがあり、ありがたく思っています。

今後の目標は全員で全道大会に出場することです。来年は旭川で全道大会がありますので、目標に向かって頑張っていきたいと思います。



忠和地区水防災を考える研修会

7月10日(金)に神居川水門で町内会役員を対象に研修会があり、34人が出席し、開発建設部河川事務所職員のお話を熱心に聞きました。

45年前に伊納地区で水害がありました。今は市内の河川に堤防が整備され格段に治水が進みましたが油断は禁物です。自らを守るためにどこに避難するか日頃から意識することが大切だと痛感しました。また、もしもの時のためとはいえ神居川水門に20億円近くのコストがかかっていることに驚きました。



シリーズ～神居住民の健康について考える⑨ こんにちは！地区担当保健師です！

ゆっくり噛んで肥満予防！

皆さん、毎日の食事で早食いになってはいませんか？早食いは食べ過ぎから肥満を招きやすくなり、血糖値が急激に上昇するため、糖尿病発症の危険度も高くなります。

●20分かけて食べる

「満腹感」は胃ではなく、脳が感じます。食べ始めて、胃から脳の満腹中枢に信号が伝わるまでに20分以上かかります。ゆっくり噛んで食べることは腹八分目につながります。

●ゆっくり食べると食後のエネルギー消費量が増加

同じカロリーの食事を急いで食べた時とゆっくり食べた時では、ゆっくり食べた方が食後に消費するカロリーが大幅に増えるという研究結果が発表されています。1年間に消費するエネルギー量は、早食いの場合より約1万1,000kcal増えるそうです。これは、体の脂肪で約1.5kgの減量に相当します。

【ゆっくり食べる工夫】

- ・一口の量を少なくする
- ・食べる度に箸をおいてゆっくりと噛んで味わってみる
- ・食材はなるべく大きめに切る
- ・野菜や海藻類など、噛みごたえのある副菜から食べる
- ・テレビや新聞などを見ながら食べない



シンプルな方法ですが、よく噛んで食事に時間をかけることが肥満予防に効果的です！

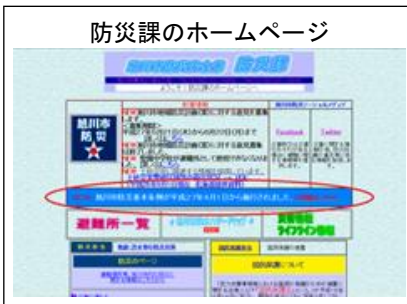
シリーズ～神居の防災について考える⑩ 「旭川市防災基本条例」を制定・施行しました

近年、未曾有の被害をもたらした東日本大震災をはじめとして、想定をはるかに超える自然災害が各地で数多く発生しており、平成25年に施行された災害対策基本法の一部改正では、「減災」を目的とする平素からの防災への取組の強化として「防災対策の基本理念の明確化」や「市や住民等の責務」などについて見直されました。

そこで、旭川市では自助・共助・公助を防災対策の基本理念として定め、市民、事業者及び自主防災組織等（以下「市民等」といいます。）並びに市の責務を明らかにするとともに、災害予防、応急対策及び復旧に関する基本的な事項を定めることにより、防災対策を総合的かつ計画的に推進し、市民等が安全で安心して暮らすことができる、災害に強いまちの実現を図ることを目的とし、「旭川市防災基本条例」を制定し、平成27年4月1日から施行しました。

詳しくは、防災安全部防災課のホームページに掲載しておりますので確認いただきますようお願いいたします。

<http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/files/bousai/>
防災安全部 防災課より



かむい遊びの学校 ～第1弾 外遊び（平成27年7月20日）

あまり外遊びをしなくなった子どもたちを外遊びに戻すため、神居まち協は「遊びの学校」を企画しました。たくさんの子供が参加し、神居中央公園で外遊びを満喫しました。午前中は霧が出る不安定な天気。11時過ぎからは気温がうなぎ登り。しかし、熱中症になる子はなく一安心でした。

午後1時、遊びの学校が始まってすぐは、遊びをリードしてくれた忠和地区連合子ども会の皆も、参加した子どもたちの皆も緊張気味でしたが、遊びは皆を繋（つな）いでくれますね。子どもたちは、すぐに仲良くなり、リラックスしながら楽しんでいました。

途中、擦り傷をする子や暑さに参ってテントで休む子もいましたが、ドッチビーを使ったストラックアウトや昔の遊びなど様々な遊びを堪能していました。

炎天下でしたが、予定していた2時間はあっという間に過ぎてしまいました。

子どもたちの楽しそうな表情を見ていると、本当に子どもたちは遊びを栄養にして成長していくんだなということを実感しました。



かむい遊びの学校～第2弾ハイキングと宝探し

日時：平成27年10月10日(土)10時～15時頃
場所：神居支所からカムイの杜公園往復
集合：神居支所 参加費：無料
対象者：主に小中学校生 募集人員：50名程度
必要な物：昼ご飯、飲み物、汗ふきなど
内容：自然観察&宝物探しハイキング
（神居地区の自然を楽しみつつハイキング、途中宝探しを行います）
問合せ先：神居支所 61-2311

消防団の消防訓練が行われました

7月11日(土)に、第18消防分団(神居古潭)及び第19消防分団(豊里)の合同消防訓練が、旧神居古潭小中学校グラウンドで行われました。脚立の上に置いてある重しを、正確に放水することで落とす訓練等が行われました。



それぞれ仕事を持ちながら、ボランティアで災害時に自宅や仕事からかけつけてくれる消防団員の、チームワークの良さや消防団員としての誇りを感じました。皆さんいつもありがとうございます！

