

# 西谷自治会だより

## タウンミーティング



7月2日(月)西谷ふれあいの家に於いて、養父市タウンミーティングが開催されました。

広瀬市長から平成30年度の市政運営の基本方針として①日本一農業のしやすいまち②日本一子育てをしやすいまち③日本一福祉が充実したまちの3つの柱をテーマに説明があり、また、各分野の取り組みについては各部長から詳しく説明がありました。

西谷自治会  
大屋町筏561  
Tel 663-8600  
E-Mail  
nisitanijitikai@hera.eonet.ne.jp

参加者は各区から多くの方が参加され、地域の課題である、空き家対策や森林の荒廃について、また、養鶏場の営業問題など多くの質問や意見がだされました。なお、参加者は市の関係者を含め55名でした。

## ノルディックウォーキング

7月14日(土)恒例のノルディックウォーキング講習会が西谷ふれあいの家で開催されました。



講師の、余田先生の指導で二本のストックを使い、使った正しい歩き方を教えて頂きました。ポールを後ろに押し出すことでより上半身を使い全身運動となり、通常のウォーキングより消費カロリーを20%アップするそうです。参加者は炎天

下の中でしたが筏区内を散策し効果を確かめていました。

その後、多目的広場で人気の「スポーツ吹矢」の体験をしました。瞬間的に強い呼吸をすることで、全身の細胞を活性化させ、自律神経の働きを良くし、老化の防止や美容にも効果があるようです。参加者からはこの二つのスポーツをぜひ普及させてほしいとの声が上がっていました。



## ことぶき大学遠足

去る7月17日(火)お昼からことぶき大学で出石方面に遠足に出かけました。

ツツジ寺としても有名な安國寺で冷たいお茶とありがたいお話を伺い、お庭を拝見しました。秋の真っ赤なツツジが有名ですが、鮮やかな新緑のツツジも見応えのあるものでした。

近畿最古の芝居小屋、出石永楽館は、明治の往時を復元し、廻り舞台、奈落、

花道など貴重な舞台機構がそのまま残されており、現在も使用されています。甍つた永楽館を2階席から奈落まですみずみを、堪能できました。



出石 永楽館

## ウォーキング大会

おまたせしました！ウォーキング大会の日程が決まりました。

平成30年10月27日(土)

昨年台風の為中止になった舞子公園周辺に行きます。

詳細は9月15日

発行予定の西谷自治会だよりをご覧ください。



8/15、9/15 各区行事予定

○蔵垣区  
地蔵盆8月24日(金)18時  
○横行区  
注蓮縄作り  
9月23日(日)9時

○若杉区  
※8月16日若杉さんざか踊りは中止となりました。

9月2日(日)養父市一斉避難訓練です

台風や長雨による土砂災害や水害が発生しています。訓練を通して「地域で協力して、地域住民の命を守る」という防災意識を持ち、区民が一体となって防災活動を行なえるようにしましょう。



各区の指示に従って、スムーズに行えるよう、皆さまのご協力お願いいたします。まだまだ暑い日が続きますので、熱中症対策もお願いいたします。※詳しい詳細は各区長までお願いします。