どう？ Do!

「ご近所さんぽ」

発行：中原区役所 地域ケア推進課　TEL：044-744-3239　発行月：令和６年12月　No.007

ご近所をおさんぽしながらゆるくつながる。それが中原区のおススメする「ご近所さんぽ」。
今回は主に大戸エリアのおさんぽ情報をお届けします！

HPはコチラ！⇒

1月はコラボお散歩

⇒今月は「新城さんぽ」とのコラボ
1月11日（土）10時～
武蔵新城駅集合
フォトとBINGOと新城と

今回は、新城さんぽとの合同開催！BINGOをしながら写真を撮るなど、いつもは見ない視点で地域を見てみるお散歩をしたいと思います！

新城さんぽとは…

武蔵新城のまちあるき企画で、2、3か月に一度今回のナビゲーターのお二人が行っている活動です。

知らない街を探索してみたい方や楽しくお話しながらお散歩したい人、どこかでお店を始めたい人など、とにかく新城のまちに興味がある方はぜひ参加してみてくださいね。

今回のナビゲートは私達です！！
＼「新城さんぽ」と題して新城をお散歩しています。／

【大塚 誠也さん】
1995年、川崎市生まれ。フリーランスのデザイナー。アフリカに人類の起源を遡る旅をしたり、ミニバイクで日本を1周した後、武蔵新城でシェアハウスを始める。

【横田 寛さん】
1993年生まれ。1年間の全国旅を経て、住みやすさに感動し新城に定住。現在、新城で多拠点生活シェアハウスの運営、教育系ベンチャー勤務、大学講師などで活動中。

お二人のおすすめスポット

新城公園

子どもだけでなく、朝にお酒を嗜む人からベンチで青春を送る若者まで多様な人が集まる愉快な公園です。

多拠点シェアハウス「ADDress 武蔵新城A邸」

マンションの２室をベランダで繋げた斬新なスタイルのお部屋。20代から60代まで幅広いゲストが訪れ、日々多様な交流が生まれています。

お散歩と一緒に体操も★

大戸神社　ふれあい体操

詳細　毎月第２水曜日　午前10時～10時半
大戸神社（下小田中1-2-8）
雨天、祝日、8月は中止

ラジオ体操、ぐーぱー体操、上を向いて歩こうなどの曲で体操しています。参加者は15名前後、子ども達もお散歩で神社に訪れた際に参加するなどとってもなごやかな雰囲気です。途中に水分補給の休憩時間もあり、参加者同士の交流もあります。

上小田中南公園　ふれあい体操

詳細　毎月第１木曜日　午前10時～10時半
上小田中南公園（上小田中5-4-4）
雨天、祝日、1・5・8月は中止

10数名で緩やかに体操の活動しています。参加者の方からは「ラジオ体操だけでなく、複数曲の音楽をシャッフルで体操しているので、体を動かすだけでなく、頭の体操にもなっています！」との声も。

どなたでも参加OKですので、興味のある方はぜひ参加ください！
問い合わせ：中原区役所地域支援課　044-744-3261

新城エリア

お茶べり会

日 時 第4水曜　午前10時～12時
場 所 PASAR BASE（パサールベース）（上新城2-7-1 セシーズイシイ7）

「町にお友達がいない」そんな相談から上新城町内会で始まった活動。参加は誰でも可能（上新城町会の方は無料、その他の人は100円）です。ゆるやかに会話を楽しんだり、体操をしたりできる場となっており、運営メンバーからは、「自分たちも楽しみにしている活動。こういう場を通じて町で挨拶出来たり、声を掛け合える関係になれたら」とお話をされていました。

コチラも注目　ちゃべり場

第六南荘に入っている訪問看護シンジョーステーションと上新城町内会の共同企画！
1月15日（水）から毎週（水）12時ー14時に新城テラス（上新城2丁目「セシーズ・イシイ7」101）にて気軽におしゃべりを楽しめる場所としての活動がスタートします。※ワンドリンクオーダー制です。

いりょう・かいご座談会

日 時 毎月第2木曜日　午後7時～9時
場 所 PASAR BASE(パサールベース)(上新城2-7-1 セシーズイシイ7)
定 員 20名　参加費 500円　懇親会費 500円

新城周辺の医療や介護の専門家と誰でも気軽に交流できる場。普段、医療関係や介護関係の方との関わりがなく、しゃべる機会がない方も多いのではないでしょうか。ここでは、ざっくばらんに日常のことや医療・介護のことが話せます。どなたでも参加OKなので、近隣の方等ぜひ参加されてみてはいかがでしょうか。

第六南荘の「の市」

年に4回第六南荘-D6 park-を中心に開かれる「の市」。地元のお店のフードドリンクやハンドメイド雑貨等の販売やワークショップなど地域の仲間たちと一緒に新城が盛り上がる日。次回は3月8日やよいの市！近隣の方はこちらも注目のイベントです。

第六南荘（上新城1-4-50）

行ってみたい方は中原区役所地域ケア推進課までご連絡ください。

そのほかの活動もこちらで紹介

おでかけマップ情報一覧HP ▶

編集後記

この取材をしているのは11月、暑い日々から寒い日々への切り替わりの時期です。出かけやすい秋になったら行きたいと思っていた場所が幾つもあったのですが、丁度よい気温の日々は本当に一瞬でした・・・。考え直せば、一年で心地の良い気温の日々って2か月もないのでは？とちょっと思いました。寒いですが、春も待てないので頑張って行きたいところには行ってみようかと思います。
皆さんも寒い冬に負けず、外に出かけてみませんか？コラボ散歩でも皆さんのお越しをお待ちしております！　どう？「ご近所さんぽ」編集部

大ヶ谷戸エリア

ヴィラージュ中原（駄菓子屋）

生活支援コーディネーターの「ヴィラージュ中原」が月に2回開催している駄菓子屋さん。会場に入ると近隣の子どもたちでいつもにぎわっています。シニアと子ども達の交流の場にもなっています。
年齢問わず誰でも訪問可能！懐かしい駄菓子がたくさんあります。近隣の方は是非訪ねてみてはいかがでしょうか。

1月予定 1月9日、23日　午後3時半～4時半
場 所 ヴィラージュ中原 地下多目的室（上小田中1−28−55）

宮内エリア

茶ろん

日 時 毎月第1・第3水曜日
（第1：午前10時～11時、第3：午前10時～12時）
※日付に3がつく日は日にちがずれます。
1月予定：1月8日、22日
場 所 宮内公民館（宮内3-9-5）
対象者 みやうち包括エリア

「いつまでも健康に住み慣れた場所で皆様が暮らせるお手伝いをしたい」とのみやうち地域包括支援センターの思いから始まった茶ろん。平成18年からスタートし、コロナ禍はお休みしたものの、それ以降は継続的に続けている活動です。ゆるやかな雰囲気で体操やおしゃべりなどを行っており、休憩時間には楽しそうな笑い声が飛び交っています。

体操等体を動かすので水分をご持参ください

問い合わせ みやうち地域包括支援センター　044-740-2814

おそろいの「ご近所さんぽ」グッズで楽しくおさんぽしませんか？

メンバーズカード
オリジナル手拭い

次の場所で『どう？ご近所さんぽ』をみた！」とお伝えいただけるとオリジナルグッズをプレゼントします！
（先着順。なくなり次第終了）

① 区のおさんぽ会
② 中原区役所2階の1番窓口

ぜひ、この機会にさんぽグッズを手に入れてみませんか？