上　代　官　町　町　会　だ　よ　り

第 15 号　発行日：令和 7 年 12 月 26 日　発行者：町会長　山畠　廣光

令和 7 年回顧

健康講座 4 回開催【2 月・7 月・9 月・11 月】＊大成地区健康づくりサポーター協議会主催

地域の方々、延べ 112 名の参加でした。

健康寿命延伸を目指して《簡単な運動と講話》です。

テーマ：　①2 月　転ばぬ先の杖～寝たきりにならない運動習慣について！

②7 月　健（検）診を受けて、生活習慣病予防に繋げよう！

③9 月　骨密度を高めて、フレイル予防について！

④11 月　第 2 の心臓足裏のケアについて！

講話：弘前市健康増進課保健師

講師：ひろさき健幸増進リーダー他

講座の雰囲気

受付時に『血圧測定』『ベジチェック』『握力測定』いたしました。

これからも　ひとまちも　健康都市弘前　を実践したいと思います。

朝のラジオ体操【8 月 22 日～24 日】

連日、約 80 名のこども、地域の方々が参加しました。

地域のこども、住民の健康づくりの習慣を願い実施しています。

併せて、健（検）診受診勧奨、減塩チラシを配布し、健康づくりの動機づけを行っています。

忘年クリスマスパーティー開催【12 月 17 日】

恒例の行事として、余興・ビンゴゲームなど、会員との親睦をはかり楽しいひと時を過ごしました。39 名の参加でした。

尚、都合により参加できなかった会員様にはクリスマスプレゼントをお届けいたしました。

私たち町内会の氏神様『熊野奥照神社』境内林ナラ枯れ被害が発生⇒伐採！

9 月初旬、本殿近くの樹木が枯れているのを発見、境内林を調べたところ 6 本のナラ枯れが見つかりました。本殿・隣接家屋にも倒木の恐れがあり、深刻な被害が出ると想定されることから至急、伐採いたしました。伐採工事費用は、総額 650 万円にもおよびます。

町内会より 10 万円・町内会の個々人様からも賛同頂き、寄附いたしました。ありがとうございました。伐採費用が多額のことからこれからも広く、ご協力をお願いしたいと思っております。

本殿に傾いている樹木

ナラ枯れ樹木の根元

高所作業車で伐採

よいお年をお迎えください。何事もうま（午）くいくように祈念しております。