

雑司が谷公園
のホームページ

<https://zoshigaya.club/zoshigayapark.html>



ぞうこう防災 2023

3月25日に楽しみながら学ぶ防災をテーマに「ぞうこう防災2023」が開催されました。当日はあいにくの雨。室内を中心としたイベントでしたが、120名以上の方にご参加いただきました。



◀防災クイズラリー

千登世橋中の皆さんが作ったクイズでラリーを行いました。小さなお子さんも楽しめました。



▲炊き出し訓練

雑司が谷二丁目町会が「豚汁」を作りました。今回作ったのは150食。実際に炊き出しが必要となった時のために、貴重な体験をすることができました。



◀キャップ授与式

千登世橋中の有志の皆さんが、D級ポンプの訓練をやっていきます。今回は雨で訓練の成果をご覧いただくことはできませんでしたが、3年生には終了の証としてキャップが贈られました。



◀救急救命訓練

豊島消防署目白出張所のご協力により、AEDの操作や救急救命の方法を学びました。



◀災害時用電話の展示

災害時にも使うことができる電話と、ソーラー発電によって停電時でも使える携帯電話の充電設備の展示を行いました。

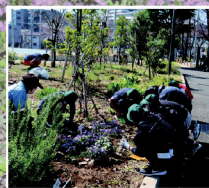


◀かまどベンチ体験

雑司が谷公園に設置されているかまどベンチを使って、炊飯の体験を行いました。

はなざかりの雑司が谷公園

雑司が谷公園では保育園や南池袋小、ボランティアの皆さんのご協力で、花がたくさん植えられています。いっしょに花を植えたいという方は是非ご参加ください。



雑司が谷公園の 活動団体のご紹介①

雑司が谷公園や丘の上テラスでは、さまざまな団体が活動しています。その中から、定期的に利用し、公園の清掃などのお手伝いもしていただいている団体を連載でご紹介します。

ぞうしがやプレーパーク

子ども達がやりたいことを追求して
のびのびと遊べる場所をみんなで作る活動です



活動日：毎月第4日曜日 10:30～15:00
お問合せ：playpark@zoshigaya.club

スタッフに聞いてみました
「プレーパークのどこが楽しい？」

自由な発想で、大人が思っ
てなかったような面白い物を
作っているのを見ること

遊びに来る子ども、その保護者、
スタッフ…異なる世代の「人」と
関わること

いつも、発見や驚き
があること

子どものキラキラした
まなざしや成長を間近
で見られること



@ZOSHIGAYA_PLAYPARK

地域住民と学生ボランティアで楽しく運営しています。子ども達の「やってみたい！」を温かく見守り、協力してくださる方、ぜひ一緒にやりましょう！

丘の上サロン 元気と笑いのサロン

『体操をして体が軽くなった』『月曜日が楽しみ』『おしゃべりできて嬉しい』参加者の声です。「丘の上サロン」では、手足のストレッチとフレイル予防の「としまる体操」、「ポッチャ」などを行っています。フレイルとは加齢による筋力の衰えや疲れやすくなり家に閉じこもるなどの衰え全般を指します。

1年目は51回の開催で参加者数は延べ1,052人、2年目は52回で延べ1,241人が参加しまし

活動日：毎週月曜日 10:00～12:00
お問合せ：090-2664-4756 相良眞理
参加についてはお問合せください。

た。3年目の今年も大いに賑わっています。

参加者の最高年齢は96歳。90歳過ぎの方も多くいて、80～70歳代はまだまだ若いと、元気と笑いにあふれるサロンです。参加者の声を聞きながら、年に2回のイベントで新しいことに挑戦していきたいと思っています。

地元で元気に暮らせるように、仲間と楽しく生きられるように、雑司が谷公園の「丘の上サロン」は健康づくりのための体操を続けています。



としまる体操



ポッチャ