



ここから始まる 仲間の和、地域の輪

いずみ

第240号

(令和7年3月5日)

コミュニティ情報

<https://fukuizu.org>



発行 / 永福和泉地域区民センター協議会
☎03-5300-9412

福iz地域の 街歩き～歩き出そう観桜と春のお祭り



善福寺川の桜



宮下橋



清美山

震災に備えてつながるカフェ
災害モンスターカード
卒業生・新入生も歓迎
震災対策してみよう
3/23

大宮八幡宮桜まつり
桜・夜桜
ライトアップ
3月下旬～4月上旬

大宮八幡宮わかば祭り
屋台 稚児行列
梯子乗り
5/3～5/5

年中行事 桃の節供
ひな人形
ひな祭り
2/21～3/20
**博物館でひなまつり
お箏の演奏会**
お箏
音楽イベント
3/2

お花見会
3/30 飲み物 食べ物
4/6 さくら 食べ物
堀ノ内南町会祭り & 防災フェス
5月の土日 模擬店 消火器
防災用具展示

わくわくまつり
3/9 プロレス
動物園

桜を観る会
3/29 ビオトープ
整備作業
一般開放

さくら祭り2025
3/16 楽しいを見つけよう
大好きを感じよう

向陽こどもまつり
3/8 ゲームブース・発表会
地域の幼児・小中学生
のつながり

コミュニティふらっと方南まつり
5/18 フリーマーケット
コンサート
近くのお店の出張販売

谷中稲荷社
陽光という
早咲き桜と山桜

庚甲堂まつり
4/12 元禄八年(1695)
地域の安全と繁栄の祈願
供養の伝統の継承

ビーチテニス体験会
3/20 爽快 イタリア発祥
参加費無料

お花見会
3月下旬 花・美しい
皆でいっしょ

福iz とは・・・?

永福和泉地域区民センター協議会のこと。同センター等を拠点に、地域のコミュニティ形成に取り組んでいるボランティア団体です。メンバー随時募集中。
HP:<https://fukuizu.org/>

今回の表紙の桜のマークは
委員おすすめの桜のある場所です



老桜備しまれつつ伐採 (3頁に記事)





■ クリスマスの玄関飾り

令和6年11月30日(土)

先生方に丁寧に教えて頂き、初めて手作りに挑戦された方も、素晴らしいクリスマス玄関飾りができました。玄関に飾って、眺めながら素敵なクリスマスを過ごしていただきました。



■ ハンドケアで家族と自分を癒しましょう

令和6年12月3日(火)

みなさん和気あいあいとハンドマッサージの基本を学びました。先生方の丁寧な指導をいただいた事もあり、家族や友人にもぜひやってあげたいという声が聞かれました。



■ コミュニティふらっと方南 秋まつりに参加 令和6年11月17日(日)

コミふら方南で秋の文化祭と称して作品展、発表会、ワークショップ、小物販売などが行われました。的当てには延べ100人に参加いただき賑わいました。



■ 「健康フォーラム2024～健康寿命を延ばそう」 実施報告 令和6年11月23日(土)

約200名の方にご来場いただき、様々な健康情報に触れていただく機会となりました。1階では各種健康測定や内山克己医師・大蔵勝弥医師による健康相談、ケア24と杉並区社会福祉協議会による出張相談などのブースを設けました。

2階では古田伸夫医師による講演「認知症の予防と対策」と、大宮前体育館トレーナーによる「体操」「トレーニング効果についてのお話」が行われました。いずれも大勢の方が参加し大変賑わっていました。

参加者からは「自分の身体の状態がわかった」「地域に身近な相談場所があることを知った」「認知症のことが学べた」「楽しく体を動かす方法を体験できた」「運動をすることの大切さを知った」などの感想を頂きました。「次年度も開催してほしい」との要望もあり、地域の皆さまの健康への関心度の高さが伝わってきました。



■ 福i・杉山公章 歌声サロン

令和6年12月16日(月)

歌声サロンは皆様の健康維持・健康寿命の促進そして地域での仲間づくりを願った講座でした。



杉山公章先生のピアノやシンセサイザー等の生演奏に合わせて、久しぶりに大きな声で歌っている皆様のお姿は若き日に戻ったようでした。休憩時間は交流の場となり、懐かしい顔々に笑顔があふれていました。またご一緒できると嬉しいです。

■ PTA懇談会 開催報告

令和6年12月6日(金)

すぎなみ協働プラザ運営責任者の朝枝さんと学校支援課の中曽根課長に出席いただき、福i地域にある小中学校7校のPTA役員10名と懇談会を開催しました。冒頭、朝枝さんから「PTAからつながる地域の実現にむけて」のテーマで講演をいただき、その後、当協議会活動を説明、PTA役員から各校の特色やPTA活動についてお話をいただきました。



協議会活動に関する感想や質疑応答、PTAと協議会との連携による地域の発展に向けた意見交換など、和やかな雰囲気の中で行われました。「今後も地域交流におけるネットワーク作りに取り組んでいきたいので協力してほしい」とお願いして懇談会は終了しました。

定期総会 の お知らせ

永福和泉地域区民センター協議会の令和7年度定期総会を下記の日程で開催いたします。

【日時】 令和7年(2025年)4月25日(金) 13時30分～

【会場】 永福和泉地域区民センター 第1～3集会室

【議事】 ①令和6年度事業報告及び決算報告 ②令和7年度事業計画及び予算案 ③その他

*状況により上記内容が変更となる場合があります。

永福和泉地域区民センター協議会 会長 山本松江

桜物語

神田川のうしなわれた桜

神田川流域の遊歩道には、桜並木の名所がたくさんあります。

少し前まで下高井戸運動場の横、神田川沿いに桜のトンネルのように枝を張った桜並木があり、散策する人々を楽しませてくれていました。

ところが、令和2年6月に幹回り2m以上、樹高10メートルの桜並木の中の1本が突然倒木しました。幹回り2メートルですから樹齢も重ねて、遊歩道も舗装され小さな植栽地しかない条件と根元の腐朽も進んでいたということです。

調べるとほかの桜も同様に倒木の危険があるということで令和2年9月に並木すべてが伐採されることになりました。地域の住民に惜しまれつつ、同年10月に10本すべてが伐採されました。今は伐採された切り株が残されているだけになっています。

下高井戸運動場から通りを挟んで、下高井戸おおぞら公園が開設されています。その神田川に面した遊歩道に若い桜が植えられて成長しています。新しい桜の名所になってくれることでしょう。



かつての姿



いまま残る
切り株

桜上水の由来

荒玉水道を南下して、下高井戸を抜けて世田谷区に入ったところに桜上水駅があり、地名も桜上水になります。

この「上水」という言葉は玉川上水を指しています。下高井戸地域の玉川上水は今では暗渠となり公園(玉川上水第二公園など)が作られています。玉川上水は江戸時代初期に羽村から多摩川の水を引き新宿まで掘削して作られた人工の用水です。玉川上水から多くの分水も作られ江戸の発展に寄与しました。

その堤には桜が植えられており、季節には玉川上水の清流沿いに満開の桜が眺められました。その風景を切り取って駅名や地名が付けられたのでしょう。桜上水駅は1926年(大正15年)に北沢車庫前として開設され、1933年(昭和8年)京王車庫前駅に改名、そして1937年(昭和12年)桜上水駅となりました。



1935年玉川上水



1965年玉川上水



1968年玉川上水



加藤橋



下高井戸三丁目町会
ホームページ

写真は、暗渠になる前の下高井戸付近の玉川上水の様子です。女性たちが写っている橋は加藤橋といい、向陽中のほうから坂を上りきり公園を左右に分けている地点にあった橋です。下高井戸三丁目町会さんから提供していただきました。下高井戸三丁目町会ホームページの「下高井戸界限」には故五十嵐健治氏の地域の昔の生活の様子を描いたコラムが、「思い出写真館」には地域の写真が数多く掲載されています。ホームページでは地域の懐かしい写真を募集していっしょにとのことです。

杉並区立郷土博物館

企画展

サイタ サイタ サクラガ サイタ

—博物館でお花見しよう—

本展では、当区に居住していた、田中青坪(せいひょう)氏、三上浩氏による、軽井沢彫などの桜を描いた絵画や、桜の意匠をほどこした器物や、桜材を用いた工芸品などを展示します。また区内各地の桜の名所についてもご案内します。ぜひ、博物館で「お花見」をお楽しみください。

令和7年3月22日(土)～令和7年5月11日(日)

会場 杉並区立郷土博物館 特別展示室

【時間】 9時～17時

【休館日】 月曜日、第3木曜日(祝日・休日の場合は開館、翌平日が休館日)

【観覧料】 100円(中学生以下、障害者手帳を提示する方および付き添いの方は無料20名以上の団体は1人80円)

学芸員による展示解説 ※事前申し込み不要。直接会場へお越しください。

【日時】 3月30日(日)、4月6日(日)、5月6日(火)、5月11日(日) すべて午後2時～午後2時30分

【場所】 郷土博物館本館 特別展示室



歌川広重(2代) 東都名所堀之内妙法寺境内



◆施設の概要

平成30年(2018年)9月に、旧永福南小学校跡地に移転・新設された屋外・屋内体育施設です。屋内には、バスケットボールやバレーボール、バドミントン、卓球などができる体育館(768.25㎡)、フレイル予防体操やフラダンス教室などに使われている小体育室が2つ、その他会議室やトレーニングルーム(176.17㎡)があります。トレーニングルームには、有酸素系マシンやTRX筋力トレーニングマシンなど、体力や目的に合わせた豊富な器機が備えられています。

一方屋外には、オーストラリア産の白砂を使用したビーチコート(29mX34m)があります。ビーチバレーボール競技の国際規格に対応しており、ビーチバレーボールやビーチテニスを2面とることができる広さです。

◆様々なスポーツ教室の開催

1週間の教室数は、最も多い週で凡そ55。幼児から小中学生、大人、高齢者まで、さまざまな年齢層の人々を対象とした各種スポーツ教室が開かれています。

通年や定期制の教室もありますが、一回単位で参加できる「ふらっと教室」もあり、気が向いたときに、フラっと気軽に参加してみても楽しいと思います(1週間前午前8時30分から電話またはWEBで予約可能。空きがあれば当日参加可)。詳しくは、TAC杉並区永福体育館のHPやそこに掲載されている「最新情報折込チラシ」を参照してください。

今一番人気があるのは、フレイル予防体操、ピラティス教室とのこと。ビーチコートでは、ビーチバレーやサッカーの他にも、はだしでのんびり健康運動、親子でボール遊びなど、楽しそうな教室が用意されています。

ビーチコートでは、子供たちがキャッキョとバレーボールの投げ合いっこをしていたり、たっぷりとストレッチで身体をほぐした大人がノシノシ歩いていたりして、歩くとか投げるとかの運動でも、一面に広がる白砂の上というだけでもとても非日常的で楽しそうな空間となっています。

また、室内では、ゆったりとしたフラダンスから、自由で活動的なバレトンまで、音楽に合わせて身体をうごかすアクティブエクササイズがそろっていたり、本当にさまざまな教室が用意されているので、自分にあった強度の教室を見つけることができます。

◆館長からのメッセージ

杉並区で唯一のビーチコート運営をさせていただいております！ まだまだ知らない方がたくさんいらっしゃるので、ぜひ一度足を運んでいただき砂の感触を体験してほしいです。



[連絡先]

TAC 杉並区永福体育館
住所 杉並区永福1丁目7号6番
電話番号 03-3328-3146
営業時間 9:00 ~ 21:00

【休館日】毎月第2水曜日・年末年始
【アクセス】最寄り駅：京王線「下高井戸駅」徒歩8分
京王井の頭線「永福町駅」徒歩10分
駐輪場あり / 駐車場なし
○ホームページ
<https://www.eifuku-sports.com/>



TAC 杉並永福体育館

あたま 頭の たいそう 体操

各番号のところに横に答えを入れてください。

- ①ハイ、ショート、ルーズ、クルー、ニーハイといろいろ種類があります
- ②親に見せる人。見せない人
- ③ちゃんと聞けば面白いんですけどね
- ④先生の武器だった時代も
- ⑤来るのが待ち遠しく、来るとあつという間で、終わると眠い



緑色の枠内の文字をつなげて。

答えはこの号のところに...

催し物カレンダー まつり まつり イベント イベント 講座 講座
休館日カレンダー ㊦ 永福和泉地域区民センター ㊦ 下高井戸区民集会所 ㊦ 方南会館 ㊦ 永福ふらっと永福 ㊦ 方南ふらっと方南

3月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 ㊦	6 ㊦	7	8
9	10	11	12 ㊦	13	14	15 ㊦
16	17	18	19 ㊦	20 ㊦	21	22
23/30	24/31	25 ㊦	26 ㊦	27	28	29

4月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 ㊦	4	5
6	7	8	9 ㊦	10	11	12
13	14	15	16 ㊦	17 ㊦	18	19
20	21	22	23 ㊦	24	25 ㊦	26
27	28	29	30			

5月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7 ㊦	8	9	10
11	12	13	14 ㊦	15 ㊦	16	17
18	19	20	21 ㊦	22 ㊦	23	24
25	26 ㊦	27	28 ㊦	29	30	31