

☆富士見市☆
マスコットキャラクター
みっかひー～ 今月の特集 ～
夏のくらし
いとむかし

つるせ西だより

第214号(7・8月号)2026.7.1

編集：鶴瀬西交流センターだより編集委員会

発行：富士見市立 鶴瀬西交流センター

〒354-0021 富士見市大字鶴馬 3575-1 TEL:049-251-2791 FAX:049-255-9707

地域の百景 84

心おどる夏がやってきました！

海、プール、水遊びにお祭り、甘いスイカに大輪のひまわり。
かき氷にキンキンに冷えた飲み物。見上げる入道雲や、涼を運
ぶ風鈴の音。

太陽がきらきらと輝くこの季節は、大人も子どもたちも心が
開放的になり、なんだかわくわくしてきますね。

近年は5月ごろから厳しい暑さが続き、こまめな水分補給な
ど事前の暑さ対策が欠かせません。体調管理をしっかり行いな
がら、今しかできない夏の体験を思いきり満喫しましょう！

今年もまた、地域のお祭りなどがみなさんの夏に色を添えて
いきます。

(撮影・文/西内)

江川プロムナード夏祭り(昨年)
にぎやかにどじょうすくい

スーパーボールすくいを楽しむ子どもたち

まちびとウォッチング④

いきいきサロンせきむわ

代表 長谷部 はせべ ゆき
由紀さん

関沢地区社会福祉協議会のサロン部会で、福祉
委員・民生委員が中心となり、25年にわたり「い
きいきサロン」を開催しています。健康増進セン
ターの保健師さんや高齢者あんしん相談センタ―
みずほ苑の協力を得ながら、健康寿命を延ばし、
外出や社会参加のきっかけとなる居場所づくりを
テーマにしています。

内容は体操、脳トレ、滑舌、地域の方々の得意
とする音楽系のアクションなど、参加者が楽しめ
る企画を盛り込んでいます。

顔見知りや友だちができ、目を輝かせて「楽し
かった」、「元気になった」との声！それがスタッ
フの励みです。

役立つ情報
や楽しい交流
を通して、心
も体も元気に
なるサロン
です。

回覧で一案
内しています
ので、ぜひご
参加ください。



みんなで健康運動実践中！