

# 「ロードマップ」を利用して、地域再発見し運動不足を補いましょう！」

当ゆずり葉コミュニティ地域は、昭和30年代から昭和50年代にかけて開発されました。昭和42年に光が丘に最初の戸建が建てられ、青葉台、逆瀬台と順次整備される中、白瀬川沿いの松林の中に道路が整備され、次々とマンションが建てられ、また更に西にはゆずり葉台が整備されました。

こうして今の素晴らしい住環境のまちが完成しました。つまり山と川に囲まれた土地を切り開いて開発された閑静な住宅地です。よって当地域には、歴史的な神社、仏閣はなく、（隣接地域に辛うじて、聖天さんがあります。）地域を歩いて楽しむような



白瀬川クリーンハイキング風景

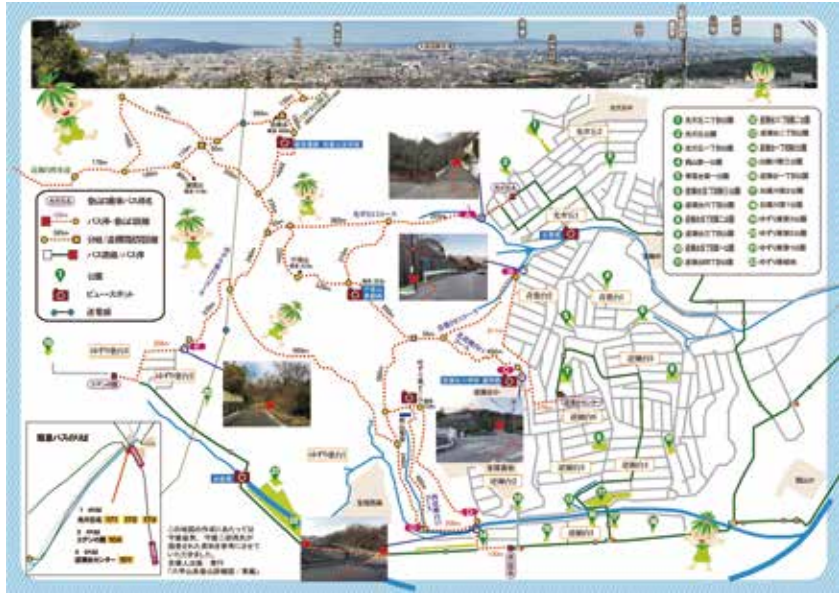
歴史的な名所はありません。

しかし宝塚市の中でも比類なき、自然の宝庫があります。南部は逆瀬川と白瀬川そして西部は六甲山に連なる裏山ハイキングコース、そして、春のさくら秋の紅葉をはじめ、四季折々の花が咲く多くの公園も点在しています。我々地域住民は、この自然豊かな環境を大切に、その良さを再発見し、更に今以上に、住民の方々が、小さいお子さんから高齢の方までが一緒に憩えるような公園や裏山を目指し、他地域に誇れる自然財産を作りたいと思っています。（エイジフレンドリーシテイ構想）

そしてその為には、裏山ハイキングコースの整備や、各公園の清掃、花壇整備を進め（既に着手されているところもある）、常にきれいで花いっぱい街を目指したいと考えます。また、この好環境を皆さんで共有し楽しむために、ゆずり葉コミュニティでは2018年3月に「ロードマップ」を作成し、配付させて頂いています。

ロードマップ表面

ロードマップ裏面



里山ハイキング風景

と、④裏山コースの道標ポイント、⑤ビューポイントの説明、⑥裏山ハイキングの代表的な基本コースと距離等を、表面・裏面に分かりやすく図示し、説明しています。（マップ図参照）皆さんも、コロナ禍でステイホームの毎日をご過ごしいらつしやると思います。

天気の良い日には、外へ出てこの「ロードマップ」を見ながら、ご自分の体調に合ったコースを選び、裏山や各公園巡りをして頂き、是非健康づくりをして下さい。また、写真にもありますが、毎朝ゆずり葉緑地公園でのラジオ体操や、毎日曜日の里山ハイキングもありますので、是非ご参加ください。



ラジオ体操風景

## 「助け愛・デリ」

### （逆瀬台デイサービスセンター）

#### お手製弁当宅配活動) はじめます。」

「ゆずり葉コミュニティ」では、2019年に住民同士のつながり、外出機会の促し、地域の見守り活動の活性化を目的に逆瀬台自治会の住民様向けに「ナイトサロン」（会食）を開催しました。大変ご好評を頂きましたので、今後は、対象地域を広げながら継続的に続けていきたい活動ではあったのですが、現状のコロナ禍での開催は難しいと判断し「ゆずり葉コミュニティ」、「社会福祉協議会」、「逆瀬川地域包括センター」のご担当と協議し、新たな活動を模索してきました。

この度お知らせする「助け愛・デリ」は、お食事の提供（1食500円）を通じて地域の関係づくりのきっかけとなり、地域の見守り活動の一環として発展していくことを目的としています。買物の負担軽減や、食事の偏り予防にもなるよう逆瀬台デイサービスの厨房で手作りしたお弁当を、毎月各自治会のうちローテーションを組んだ自治会ごとに見守り対象者をリストアップしお届けします。

2020年の新たな取り組みとして、秋ごろ10月を目途にスタートしていきたいと考えています。この活動が地域の支え合いや助け合いにつながるよう、「ゆずり葉コミュニティ」自治会や、民生児童委員、サロン等のメンバーの皆様にもご協力いただきながらすすめてまいります。今後ともよろしく願っています。



逆瀬台デイサービスセンター 山浦

電話0797-7713456