

小梅一丁目町会

【小梅一丁目町会の由来】
現在の町会の一帯は江戸末期、芭蕉の句に詠まれた「小梅村」でした。旧住所表示は「小梅一丁目」その名を残して昭和27年に小梅一丁目町会が発足しました。

コース紹介

てくてくコース 1.25Km 2500歩(歩幅50cmの場合)
 らくらくコース 650m 1300歩(歩幅50cmの場合)

【小梅牛島通り】
平成22年に町会の提案で、通りの愛称を決めました。正面にスカイツリーが見えます。地域の方が花を育て華やかな通りです。

【ワサビ介護予防デイサービス】
毎月第1土曜日13:00~誰でも参加できる無料の体験教室が開催されています。

【五十畑工業株式会社】
保育園などで使われる大型ベビーカーや介護用品を製作。今上天皇がお使いになったベビーカーも製造しました。



【旧曳舟川】
江戸時代に作られた本所上水の下流域が旧曳舟川です。名前は小さな舟に縄をつけ、人が土手を歩いて舟を引いたことに由来します。当時の曳舟川は歌川広重も描いた江戸百景の一つでした。



とうきょうスカイツリー駅北交差点にある旧曳舟川の由来碑

【小梅児童遊園】
曳舟川が埋め立てられ、昭和31年に公園ができました。公園内には161本のポールを使い浮世絵の霞をイメージしたアート作品があります。

【都営押上二丁目アパート】
3棟の集合住宅が建っています。敷地内の集会室では多くの通いの場が開催されています。この地にはかつて、旧言問警察署が建っていました。



とうきょうスカイツリー駅(旧業平橋駅)

【町会会館】
入口にお神輿を飾り、とてもおしゃれな会館です。



【隅田川診療所】
まちの頼れるお医者さん山室院長は医師会会長も務めています。



【駿河屋】
明暦3年(1657年)創業の自然素材を大切に建設会社定期的にイベントも行っています。



とうきょうスカイツリー駅(旧業平橋駅)

【片岡屏風店】
1946年創業、都内唯一の屏風店です。屏風博物館として、さまざまな屏風が展示されています。店内で寄席イベントも行われています。



【小梅橋船着場】
観光船が試験的に発着しています。北十間川・隅田川などを利用した街づくりが進められています。



【パデル東京】
スペイン発祥のラケットスポーツ「パデル」が楽しめます。



ウォーキング記録~どのくらい歩いたかチェック

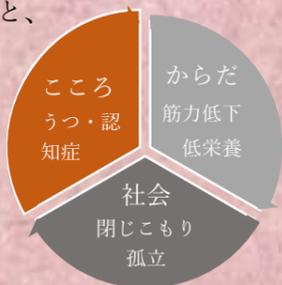
てくてく頑張るコース									
1周歩いたら								10	20
1マス塗りつぶし								周	周
ましょう♪									
らくらく近道コース					6.5 km				
					13 km				



あせらず、ゆっくり続けましょう。

フレイルとは、「健康な状態と、要介護状態の中間の状態」

「こころ」と「からだ」と「社会」が相互に悪循環に陥る状態



その予防には、良い循環の生活習慣を身に着けることが重要！

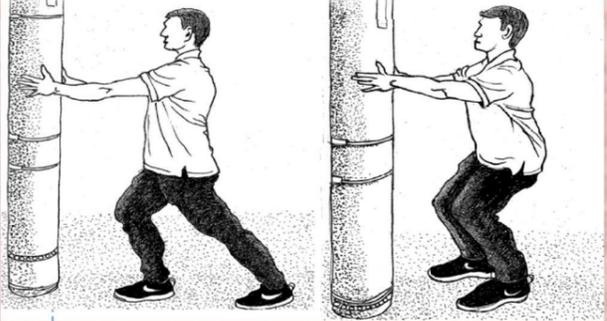


『出掛けよう1日1回！交流しよう週1回！』

- ・週1回以上歩くことを目標にしましょう！
- ・健康を良好に保つためには8,000歩、20分程度。
- ・膝や腰に痛みがある方や75歳以上の方は、無理をせずに5,000歩、7分半程度。
- ・歩き疲れたら、少し休憩して世間話をするのも良いですね！家に閉じこもらないことが重要です！

電柱があれば、どこでも出来る「ちょこっと体操」

ストレッチ（アキレス腱伸ばし）筋力強化（スクワット）



私たちが一緒に作りました

五十畑 雅章（町会長）
 中島 一憲（副会長）
 山崎 真男（副会長）
 山本 町子（フラムクラブ会長）

ほか、小梅一丁目町会 町会員
 （敬称略）

こうめ高齢者支援総合センター

(03-3625-6541)

こうめ高齢者みまもり相談室

(03-5619-6511)

地域リハビリテーション活動支援事業

協力

令和6年10月発行

小梅一丁目町会 ウォーキング マップ

グループでもお一人でも

ふれ～！ふれ～！ フレイル予防

- 生活習慣病を予防しましょう。
- 筋力アップをしましょう。
- ストレスを解消しましょう。
- 認知症を予防しましょう。

さまざまなつながりのある町会

神輿のつながり

小梅一丁目という町名表示は、以前この地域にあった「小梅瓦町」という町名に由来します。新住居表示により、向島1丁目、押上2丁目、押上1丁目と複数の町名に別れ、「小梅」という地名も消失してしまいました。しかしながら、お祭りでのつながりによって、町会は別れず「小梅一丁目町会」として残りました。まさに、お神輿がつないだ町会といえます。町会会館には、お神輿が大切に展示されています。



想いのつながり

町会内には、2体のお地蔵様がいらっしゃいます。

1体は旧曳舟川沿いに立っていたお地蔵様で、水運の安全を祈願して祀られていました。曳舟川が埋め立てられた現在も福田商店ビル入口横（向島 1-32-9）に立っており、老人クラブの皆さんが日々のお世話をし大切に祀られています。

もう1体は東武電車が貨物電車で砂利を運んでいたころ、砂利の中からお地蔵様が見つかり、旧業平橋駅から構内に大切に祀られていました。現在は駅の改築に伴い、一時的に牛島神社に祀られており、駅の完成後は、駅の安全を祈願して再び構内に祀られる予定です。

文化のつながり

町会副会長の山崎真男さんは、東八拳という江戸時代から伝わる伝統的な遊戯を家元として継承されています。東八拳は体を使ったじゃんけんで、「狐」「鉄砲」「庄屋」をそれぞれの型で表現します。「狐」は「鉄砲」に撃たれるので鉄砲の勝ち、「鉄砲」（獵師）は「庄屋」には頭が上がらず「庄屋」の勝ち、「庄屋」は「狐」には化かされるので「狐」の勝ちとなります。みなさんも一度遊んでみてください。

小梅児童遊園には東京芸術大学とコラボレーションしたアート作品「おぼろけ」があります。葛飾北斎の遠景に描かれた霧雨や雲をイメージし、スカイツリーを浮かび上がらせています。この作品を含め、H22年からH24年にかけて実施された、「GTS（藝大・台東・墨田）観光アートライン」の作品の一つとなっています。

