

かみさぎ

平成26年(2014年)

6/15

第18号

発行 上鷺宮区民活動センター 運営委員会広報部
中野区上鷺宮 3-7-6 TEL(3970)9182 FAX(3970)9183
E-mail:nakano_kamisagi@honey.ocn.ne.jp
http://www.nakano-kamisagi.gr.jp/

隔月刊

こんにちは
サークルさん

上鷺かよう会

10

上鷺かよう会(心かようお食事会)は地域の70歳以上の方に月1回食事を提供しているグループです。

現在のスタッフは男性1名、女性6名。

この食事会が始まったのは、平成3年(1991年)です。

高齢者集会室(1階和室)で行なっていましたが、満員のため先着60名でお断りした時期もありました。

最近では一人分のおかずを買えるところが増えたり、一人で入れるレストランが近くにできたりしたせいか、参加される方が減っています。

季節を味わっていただくために献立は何にしようかと頭を悩ませ、また安くて新鮮な食材を求めて走り回っています。



食材費の赤字分や調理小物の補充、お知らせ作成に関わる費用などは、中野区社会福祉協議会からいただく「在宅福祉活動助成金」で補填しています。



<心かようお食事会>

日時 毎月第3火曜日(8月は休み)12:00~
場所 上鷺宮区民活動センター
2階 洋室3・4号
費用 350円 (予約が必要です)
【問合せ】高野 ☎(3990)0248

第4回 かみさぎ文学講座 (無料)



芥川龍之介 「蜘蛛の糸」

◇日時 平成26年6月28日(土) 13:30~15:00
(開場:13:00~)

◇会場 上鷺宮区民活動センター 2階 洋室3・4号

◇定員 50名...先着順です!

◇講師 平岡 敏夫氏(筑波大学名誉教授)

◇主催 上鷺宮区民活動センター運営委員会
地域事業部 ☎(3970)9182



子どもの事故を防止しましょう!

救急車で病院に運ばれる多くは、5歳以下の子どもと高齢者です。特に乳幼児の事故防止には、家族など周囲の方が次のことに注意しましょう。

- ・入浴、水遊び時には、子どもから目を離さない
- ・子どもの手の届く範囲には熱い物は置かず、また抱いたままでの調理はしない
- ・高所からの転落を防ぐために、踏み台となるような物を窓際・ベランダに置かない
- ・窒息や誤飲を防ぐため、子どもの目線で危険物の有無を確認し、食べ物も年齢に応じた大きさ・形状にする

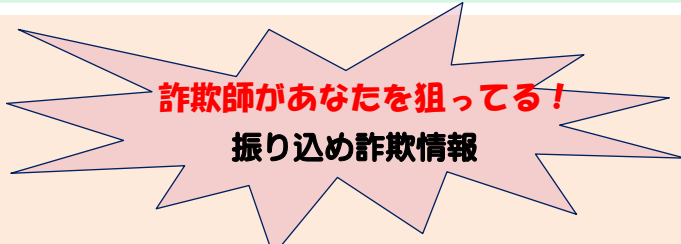
【問合せ】野方消防署鷺宮出張所 ☎(3970)0119

民生・児童委員が訪問します!

民生・児童委員の訪問を希望された70才以上の単身者世帯および75才以上の高齢者世帯にお伺いします。

【訪問期間】5月26日~7月31日

【問合せ】金沢 ☎(3970)7877



次のような電話連絡を受けたら振り込め詐欺を疑い、まず最寄りの警察署に相談しましょう。

「母さん、助けて」に続けて

- ・電車で鞆を忘れ、小切手をなくした
- ・会社の金を使い込んだ、首になる
- ・女性を妊娠させ、お金が必要だ
- ・今日手続きすると、医療費が還付される

などと、金銭の融通を頼み込んで来た時。また、株の購入を勧める儲け話も詐欺ではないかと疑いましょう。

【問合せ】野方警察署 ☎(3386)0110



寄稿

しずく

「寿」 網谷 拓二

10

『人生100年時代』
かつて高度成長期に「所得倍増時代」と言われた時代がありました。一方人生は50年と言われた時代から現在は80年となり、近々100年の時代「寿命倍増時代」の到来が予想されます。
2012年に閣議決定された高齢社会対策大綱で、「高齢者は支えられる側から支える側へと提唱しています。」

健康寿命という指標があります。日常生活に支障なく過ごせる期間の平均を言います。2010年の統計では平均寿命は男性79・55才、女性86・30才、一方健康寿命は男性70・42年、女性73・62年で、その差は日常生活が不自由な期間を意味し、男性は9・13年、女性は12・68年でした。

平均寿命が延びても健康寿命が延びなければ不幸なことであり、医療費や介護費用などもかさみ、本人や社会の負担は重くなるばかりです。これらの費用の削減は現代の重要な課題の一つとなっています。
「健康寿命倍増」を目指しましょう。

『かみさぎことぶき会』
かみさぎことぶき会は平成9年11月に発足、現「なかの生涯学習大学」の現役およびOB会員にて構成され、3・4年の講義を受講した方の地域のシニアの会員組織です。(現会員数約80名)大学の目的の一つに「ともに学び、ともに活動することを通じて、豊かな人間関係を育て、協力して地域のために活動する意欲を培う」とあります。

会の運営の基本スタンスは親睦団体で、地域に貢献する会で、プライドを持った理念の高い会です。

区からの助成金もあるため、会の運営も充実しており、イベントのうち一般公開講座については「終活」を中心に企画。地域のみなさんに「かみさぎニュース」を通じ案内していますので多くの方の参加をお待ちしています。

かみさぎことぶき会 元代表
上鷺宮五丁目 在住

わが街を
知ろう

【町会等 ③】



第19回 かみさぎの夏まつり

【日時】7月26日(土) 17:00~21:00
【会場】上鷺宮小学校 校庭
【主催】かみさぎの夏まつり実行委員会
【後援】北鷺町会・上鷺宮四丁目町会・上鷺宮五丁目町会
【問合せ】古谷 ☎(3999)4174



★会場づくりボランティア募集★

当日の8:00~12:00 やぐら組立・テント張りなどのお手伝いをしていただけの方を募集します。

かみさぎことぶき会 健康講座

【日時】7月31日(木) 13:30~
【会場】上鷺宮区民活動センター2階洋室3・4号
【講師】中野区医師会 由良 明彦氏
【問合せ】有吉 ☎(3825)1042

INFORMATION

かみさぎ児童館 ☎ (3998)0074

けん玉にチャレンジ!

【練習日】6月19日(木)・20日(金)・24日(火)
16:00~16:30
【検定日】6月25日(水) 16:00~16:30
【会場】かみさぎ児童館
【対象】小学生以上



キッズプラザ武蔵台 ☎ (3970)0440

まっかか先生の実験工作「よくとぶ ストロートンボ」

【日時】6月18日(水) 14:30~15:30
【会場】キッズプラザ武蔵台
【対象】小学生
【内容】工作用紙とストローで作るたけとんぼ



かみさぎ幼稚園 ☎ (3999)7361

ぴょんこクラブ(未就園児と保護者)

◇七夕飾りづくり(笹竹につけ持ち帰り)
【日時】7月4日(金) 9:30~11:00
【会場】上鷺公園



◇プール解放(水着着用)

【日時】7月2日(水)~11日(金) 11:00~11:30
【会場】かみさぎ幼稚園 園庭
※おむつのとれていないお子さんは、大きいプールには入れません。

かみさぎ 花 だより

「ザクロの花」は、梅雨に紫陽花、クちなシ等が目立つ中で、ひっそりと赤い花を咲かせます。



上鷺宮2丁目付近

よく知られている「紅一点」という語句があります。意味は「男性の中に混じる唯一の女性」ということで、この「紅」は「ザクロの花」の赤です。

原典は11世紀の王安石の詩「万緑叢中(ばんりょくそうちゅう)紅一点」からきています。

「一面の緑の中、ただ一輪、赤い花が咲いている」というのが本来の意味。視覚の妙。小さな朱色のかわい花です。

上鷺宮五丁目 町会

本町会のエリアは行政区域の「上鷺宮五丁目」に該当します。地域のほとんどが「第一種低層住宅専用地域」に指定され、緑に囲まれた閑静な住宅地となっており、八成・北中野・武蔵台などの公園を有し、また稔ヶ丘高・北中野中・武蔵台小がある文教地域でもあります。

昭和33年に67世帯で「鷺宮六丁目中部町会」として発足、昭和40年の住居表示実施により現在の名称になりました。

エリア内の世帯数は1,746世帯(平成25年4月現在)、町会加入世帯数は1,007世帯(平成26年3月現在)で、町会加入率は区内町会の中で上位にランクされています。

本町会の目的は「会員の協力によって町内の安寧を保ち、会員相互の親睦を図り、住みよい生活環境の整備に努力し、会員の生活向上と地域の発展に資する」としており、これらの達成のために「環境委員会」「防災部」「防犯部」「交通部」を設け、そしてまた地域を4ブロックに分け、概ね10世帯ごとに班を組織し(全部で68班・平成26年3月現在)、隔月毎に「町会ニュース」を発行し、連絡事項などの徹底・確認を行なっています。

町会の重要事項等については、会長・副会長・ブロック長による役員会(定例は年3回・他に臨時会あり)で決定しており、別に年7回の班長会が開催されています。

また本町会の傘下には、青少年の健全育成に資することを目的として昭和35年に組織された「子ども会」を有し、楽しい事業を実施しており、交流の場ともなっています。

毎年1月の成人の日に行われる「おしるこ落語の会」では、特に高齢者のみなさんに手づくりのおしるこが好評で10数年続いています。

平成25年度の町会活動費は、約320万円でこれは一世帯、年間1,200円の町会費と区からの助成金によっています。

なお、この5月に13年ぶりで町会長が交代しました。



絵本のひろば(報告)

5月29日(木)実施 参加者47名

定例になった絵本の読み聞かせ、楽しみにしているお子さんたちと近くの保育園児、お孫さんをお持ちの方などが集まり楽しいひと時を過ごしました。

主催:図書部会



とちの木保育園 ☎ (5971)

ポニーがやってきます

【日時】6月17日(火) 9:45~11:15
【対象】乳幼児とその保護者
【会場】園庭
【内容】エサ(わら)をあげて楽しみましょう!



鷺宮高齢者会館予定施設 ☎ (3310)1171

健康セミナー「口腔編」

【日時】7月15日(火) 10:00~11:30
【会場】鷺宮高齢者会館 洋室1号
【対象】区内在住 60才以上の方
【内容】口腔ケアと脳の働きについて
【講師】鷺宮すこやか福祉センター 歯科衛生士 情野 敦子氏
【申込】7/1~7/8 電話または直接会館へ

鷺六高齢者会館 ☎ (3926)3656

<熱中症対策事業>が始まります

涼みにおいでください

【期間】7月から9月の間
冷たい麦茶を用意してお待ちしています。「氷菓の日」もあります。気の合う仲間と会えるかもしれません。



「絵本のひろば」放映
一中野ケーブルテレビ

- ・5月9日「絵本のひろば」打合せ中の図書部会風景
- ・5月29日読み聞かせ「絵本のひろば」 「デイリー中野」番組内で放映されました。

編集後記

前号から始まった「かみさぎ花だより」が多くの方の目にとまったようです。

「気持ちがホッとしました」「写真の中の小さな花に癒やされます」「書かれる方も大変ですが楽しみにしています」等々のコメントをいただきました。

ニュースに携わる私たちもうれしい限りです。限られた紙面の中でマンネリにならないようにと思っています。

これからもみなさまのご意見・ご要望をお待ちしています。(三村)