

かみさぎ

平成28年(2016年)

8/15
第31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

第41回 かみさぎ 地区まつり 10月22日(土)・23日(日)

お汁粉・綿あめ・ポップコーン・焼ソバなどの模擬店多数。野菜・鉢花の即売、リサイクルバザー、地域の方の作品展示。こども神輿、手作り作品バザー、小中学校生徒によるアトラクションなど盛りだくさんです。

◆まつり運営をお手伝い下さる方募集

- ① 会場設営・・・10月20日(木) 雨天の場合 21日(金)
- ② 各部門の手伝いなど・・・22日(土)・23日(日)
- ③ 片付け・清掃など・・・23日(日)



◆パンフレットへの広告募集(有料)

広告代金は、まつり運営資金の一部になります
【掲載料金】ひとコマ(4.5cm×6.3cm) 3,000円～

◆バザー用品提供のお願い!

受付日時: 10月14日(金)～16日(日) 13:00～16:00
受付会場: 上鷺宮区民活動センター 1階地域活動室

【問合せ】古谷 ☎ (3999)4174

敬老のつどい 9月13日(火)

本年も「敬老のつどい」を上鷺宮区民活動センターで開催します。管内にお住いの70歳以上の方が対象となります。お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

【お楽しみ演芸会】・・・13:00から (2階 洋室3・4号)

- ・落語(笑福亭希光)
- ・歌と手あそび(とちの木保育園)
- ・フラダンス(マウロア ヒサ フラ スタジオ)
- ・歌とギター演奏(ロールパン) [順不同]



【指圧サービス】・・・13:30から (2階 和室3・4号)
12:45から先着順に受付(20名)

【問合せ】運営委員会 事務局 ☎(3970)9182

運営委員会 活動報告

★第6回 文学講座 6月25日(土) 35名参加

筑波大学名誉教授の平岡敏夫先生に、太宰治の「人間失格」を分かりやすく解説して頂き、太宰治の繊細かつ鋭い感性や独自のユーモアに触れることができました。



★おこらない どころでない 子育て 7月1日(金) 27名参加



子どもが社会に適応し、豊かな情緒を育(はぐく)めるよう、効果的で前向きなしつけ方法を学びました。これからの子育てに役立てたいと思います。

★チャイルドビジョン 7月29日(金) 10名参加

チャイルドビジョン(幼児視界体験メガネ)を作って、幼児の視界を疑似体験し、子どもの特性を理解しました。幼児の目線の低いことや、視野の狭さを改めて体感し、大いに役立ちました。



【定例事業のお問合せ】

上鷺宮区民活動センター 運営委員会 地域事業部会 ☎(3970)9182

【お知らせ】 集会所およびテニスコートの抽選は下記の日程で行います
9/20(火) および 10/17(月)
(地元団体)9:30～ (一般団体)10:30～ (テニス)14:30～

上鷺宮むかしがたり

蝉

7月の半ばになると、昔はニイニイ蝉の声で夏の訪れを感じた。土色をした小さい蝉で高さ2～3mに止まっていて、子供にも容易に捕まえることができた。ニイニイ蝉と交代する如く、油蝉のジイジイという声と、時折ミンミン蝉の声が混ざり、夏の暑さを一層強く感じさせたものだ。昔の夏は、朝夕は涼しく、その薄暗い中でヒグラシ蝉がカナカナと杉の大木の高い処で鳴いていた。



夏休みの終わり頃から、ツクツクボウシがオーシンツクツクとせわしく鳴き、秋の近づくのを知らせてくれた。この様に、蝉も時期を分けて鳴いたものである。

いつしかニイニイ蝉が、続いてひぐらし蝉がいなくなり、あぶら蝉とミンミン蝉にクマ蝉までもが加わり夏の暑さを一段と感じさせる今日この頃である。



寄稿

しずく

『輪』

西村 英次郎

(上鷺宮二丁目在住 いきいき体操 講師)

東も西もありません。五輪旗を先頭に統一ドイツが入ってまいりました。全く意味が分かりませんでした。なぜ、マラソンで金メダルを取ったピキラ・アベ選手がゴール後競技場で裸足だったのか。神永！起きろ！ヘーシングをはねのける！日本柔道ピンチだ！ さあ、金メダルポイントです。東洋の魔女、河西キャプテン金メダルです。円谷がんばれ。ヒートリーが来ているゾ。遠藤。体操ニッポン団体金メダルです。あつという間に閉会式を迎えた。整然と入場した開会式とは違い、人種を超え、宗教を超え、何か異域同舟、オリンピックの間、戦争もなく、互いに肩を組んで、全選手が入ってまいりました。あの光景は、五十数年経った今でもしっかりと覚えてる。

二〇二〇年、あの日あの時、少年の胸を熱く焦がした東京オリンピックが再び帰ってくる。そんな私も還暦を迎え、今日もサッカーの指導でグラウンドに立つ。

INFORMATION

鷺六高齢者会館 ☎(3926) 3656

平成28年度 中野区総合防災訓練

ころばない体操！ ＜足首から先を重点的に鍛え、 ストッパーの役割が出来る足指づくり＞

- ・実施日：10月 4日・18日、
11月 1日・15日、
12月13日・27日
- ・時間：13:30～15:00
- ・講師：青木信也先生
(カイロプラクティック院長)
- ・申込み：9月 6日(火) 10:00～
- ・定員：30名 (先着順)



防災訓練

【目的】
区と防災関係機関と住民が一体となって訓練を行うことにより、区民の防災意識と防災行動力の向上を図ることを目的とします。

【実施日時】
9月25日(日) 9:00～12:00

【実施会場】
9時から
各町会防災拠点
10:15から
中野区立北中野中学校
(中野区上鷺宮5-7-1)

【訓練想定】
平成28年9月25日(日)午前9時、東京湾北部を震源とするマグニチュード7.3の地震が発生し、中野区では震度6強の地震が観測された。建物倒壊・道路陥没等多数で、同時多発的の火災も発生している。

【訓練内容】
初期消火訓練、安否確認訓練、負傷者搬送・判定・医療救護訓練、各種防災体験等

【主催】
中野区都市基盤部
防災・都市安全分野
☎(3228) 8932



北中野中学校 ☎(3999) 3415

ふれあい茶話会

- ・日時：10月7日(金) 14:00～15:30
 - ・会場：北中野中学校 体育館
 - ・対象：一人暮らしの70歳以上の方
 - ・内容：生徒・父母と教師の会の皆さんが、手作りのお菓子や飲み物、楽しい出し物でおもてなしします。
- ※定員がありますので、担当地区の民生委員に8月末までにお問合せ下さい。



野方消防署 鷺宮出張所 ☎(3970) 0119

■ 地震から命を守る

家具転対策 (家具類の転倒・落下・移動防止対策)

地震の揺れでケガ等をしないために、家具や家電などを固定して、落下防止をしましょう。

◎家具転対策をしていないと起こる3つの危険

- ①ケガ
近年の地震でのケガの原因の約3～5割が、家具類の転倒・落下・移動によるものです。
- ②火災
本棚が倒れ、本が電気ストーブに落下し出火した事例や、落下物が家電製品のスイッチに接触してスイッチが入ることにより出火した事例などがあります。
- ③避難障害
転倒した家具が部屋の出口や扉を塞ぎ、逃げられなくなることがあります。



◎どうやって家具転対策したらいいの？

- ①家具の向きなどレイアウトの工夫
家具の配置や置く向きを工夫してベッド等の上に倒れてきたり、出入口を塞がないようにしましょう。



- ②対策器具の設置
L型金具で固定したり、つっぱり棒やストッパー式などを組み合わせたりと、家や部屋の状況にあった器具を取り付けましょう。

わが街の駐在さん

6月中にまた、上鷺宮で2件の振り込め詐欺が発生しました！



皆様は狙われています。他人事とは思わずに、改めて注意して下さい。

電話で、

- ・電車の中で重要な書類の入ったカバンをなくした
- ・トラブルに遭った
- ・電話番号が変わった
- ・還付金がある
- ・儲け話がある

等の「お金の話」を含む手口はすべて詐欺です。

このような電話があったら、すぐに110番通報して下さい。



上鷺宮駐在所

編集後記

センター入口をはいると、楽しそうな歌声が聞こえてきました。高齢者集会室での活動の一つ「みんなのうた」や「うたいましょう」の時間です。終了後は皆さん満足そうで生き生きとした笑顔が印象的でした。見学・参加も是非どうぞ！！ (三村)

かみさぎ幼稚園 ☎(3999) 7361

ぴよんクラブと幼稚園説明会

- ・日時：9月8日(木) 10:00～12:00
 - ・会場：かみさぎ幼稚園 2Fホール
 - ・対象：未就園のお子さんとその保護者
 - ・内容：親子で好きなおもちゃを使って自由に遊んだ後、2Fホールで「幼稚園説明会」を実施し、幼稚園の教育や生活について説明します。
- ※親子とも上履きと外靴を入れる袋をご持参下さい。

かみさぎ児童館 ☎(3998) 0074

科学あそび・光のふしぎ ～光の箱作り～

- ・日時：8月27日(土) 14:00～16:00
- ・会場：かみさぎ児童館 対象：小学1年生から
- ・内容：分光器を使い光の色を見る体験や、ミラーシートを使って光の箱作りをします。親子での参加も是非どうぞ。科学遊びボランティアの方に教えて頂きます。
- ・定員：先着25名

都立武蔵丘高校 ☎(3999) 9308

武高祭

- ・日時：9月10日(土) 10:00～15:00
9月11日(日) 9:30～14:30
- ・会場：都立武蔵丘高等学校



※どなたでもお越しいただけます
※詳細は、9月以降に掲載するホームページでご覧下さい。

かみさぎ花だより



一昨年、ご紹介した秋の七草。その一つ「撫子」を特集いたします。最近ではなでしこジャパンで「撫子」が有名になりました。実は撫子には日本古来からの川原撫子(=大和撫子40cm～50cm)と茎の長さが5cm前後の西洋撫子があります。写真が原種の川原撫子で6月頃に花屋の店先に顔を出します。かつては山野に咲き乱れていたことでしょう。万葉集には何首も登場します。今回はそのうちの二首をご紹介します。

野辺見れば 撫子の花 咲きにけり 我が待つ秋は 近づくらしも

詠み人未詳 巻10の1972

現代語訳：野原に出てみると、撫子の花が咲き始めた。私が待ち望んでいた秋が近づいてきたことに間違いはない。

撫子が その花にもが 朝な朝な 手に取り持ちて 恋ぬ日なけむ

大伴家持 巻3-408

現代語訳：あなたがこの撫子の花であったらいいのに。そうすれば毎朝、毎日、手に抱いて恋しく思わない日はないだろうに。愛しいあなたよ。婚約者の坂上大嬢(さかのうえのおおいらつめ)に贈った歌。