

# かみさぎ

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

平成29年(2017年)

2/15  
第34号

隔月刊

## 運営委員会 活動報告 ☎ (3970) 9182

### ①こぶし園にサンタがやってきた

12月22日(木)

「手芸の時間」と「リメイク部」が合同で帽子を編み、それをサンタクロースから通所者にプレゼントをしました。

大変好評でした。



### ②上鷲宮小学校で一年生と「昔遊び」

1月14日(土)

昔から伝わる遊びの楽しさを知ってもらう教育の一環です。

コマ回し・おはじき・あやとり・お手玉・けん玉を実施しました。

(写真はお手玉協会の中山先生)



## 上鷲宮むかしがたり

<初午(はつうま)>



昔は、どこの農家にも敷地内に「お稲荷さま」と称して小さな「祠(ほこら)」があった。2月の最初の午の日に各家で豊作を祈りお祀(まつ)りをした事を思い出す。前日に赤白緑などの色のついた半紙をつなぎ合わせた幟(のぼり)に「奉納正一位稲荷大明神」と墨書きして用意した。筆の字が上達するとの事で子供はよくそれを書かされた。祠の中には真鍮(しんちゅう)のギボシ型の玉と狐の絵馬、更にお神酒(みき)徳利があった。

当日は、新しい絵馬とお神酒を上げ、赤飯は重箱に入れ、皿に半紙を敷き油揚げ・里芋・人参・ごぼう・コンニャクなどの煮しめを供えた。前の日に書いた幟を一对立て、その年の豊作を祈念したものである。冷たくなった煮しめと少し硬くなった赤飯をいらずらでつまむと意外と美味しかったのが懐かしい。

その後、宅地化が進み「お稲荷さま」も殆ど見かけなくなったが、古民家の屋敷杜の片隅にひっそりと佇む祠を見つけると、瞬時に少年時代に戻れるのも嬉しいものである。

(今年の初午は2月12日です)

## マンドリンコンサート

〔日時〕3月20日(月・祝日)13:30~15:00

〔会場〕上鷲宮区民活動センター2階洋室3-4号

〔演奏〕マスカット・マンドリン・アンサンブル

〔曲目〕ポールモーリアメドレー・映画音楽ほか

〔主催〕上鷲宮区民活動センター運営委員会地域事業部



## 29年度運営委員会事業参加者募集 (60歳以上の方)

募集期間:平成29年2月16日(木)~2月28日(火) 先着順に受け付けます。 継続して参加する方も改めて申込みが必要です。

事業名	募集人員	事業内容	事業日時	講師
うたいましょう	40名	元プロ歌手ミッキー酒井が教える ジャンルを超えた歌唱の指導をします	第2・4月曜日	酒井先生
かみさぎ基楽会	20名	地域の方の居場所づくりを基本とし、初心者から上級者まで指導します	水 木 金曜日	小林先生
大人のラジオ体操	20名	良く知っているラジオ体操をもう一度見直して一緒にやってみましょう	毎週水曜日	上村先生
シルバーフラ	20名	心身の健康に良い 歩けばできる 女性を対象としたフラダンスです	第1・3水曜日	鈴木先生
あそびましょ	15名	昔懐かしいコマ回し・お手玉・あやとり・けん玉・おはじき等で遊びましょう	第2・4水曜日	中山先生
いきいき体操	20名	健康維持・生きがいづくり・そして支え合いを目的とした体操です	毎週木曜日	西村先生
ハンドマッサージ	20名	手のマッサージをする事により血行が良くなり、美しい手をつくりましょう	第4金曜日	高野先生
弱虫さんの健康づくり	20名	運動で筋肉・骨・関節等を鍛えてみませんか? 4月から開講です	毎週金曜日	関口先生

【お知らせ】 集会室およびテニスコートの抽選は右記の日程で行います。

3/21(火)

4/17(月)

(地元団体)9:30~

(一般団体)10:30~

(テニス)14:30~

寄稿

しずく  
『温』 梅田友美

一月一四日の学校公開日に、上鷲宮小学校の一年生が生活科の学習で「昔遊び」に取り組みました。おはじき、お手玉、けん玉、あやとり、「コマ回し」など、子供たちには、なかなかなじみがないものです。そこで、今回は地域の「昔遊び」の名人七人や、お手玉協会の方にゲストティーチャーとして来ていただきました。初めは子どもたちも少し緊張していたようですが、名人の技を見て「すごい!」とキラキラした表情に変わりました。「けん玉はひざを柔らかく曲げてやるといよいよ」「コマのひもがとても上手にまわっているね」と、昔遊びの名人が優しく声をかけてくださり、子どもたちも嬉しそうでした。夢中になって楽しく遊び、あっという間に四十五分が過ぎてしまいました。

短い時間でしたが、昔遊びという日本の伝統文化に触れられただけでなく、地域の方々と温かい交流ができたことが何よりの宝物となりました。

いつも見守ってくださっている地域の方々との交流をこれからも続けていけたらいいなと私たちも感じた学校公開日でした。

(上鷲宮小学校一年担任)



ごみゼロ推進分野 ☎(3228) 5563

**中野区ごみゼロ推進分野**

「中野区ごみ分別アプリ」を配信しています。ゴミ出しカレンダー機能や分別辞典など、便利な機能を搭載しています。ぜひダウンロードしてご利用ください。



android



iphone

**INFORMATION**

かみさぎこぶし園 ☎(5241) 8121

**日常ボランティア募集**

障害のある方が通っているかみさぎこぶし園では、活動や生活面の介助などの手伝いをして下さるボランティアを募集しています。

- ・日時：平日の9時30分から15時30分の都合の良い時間帯
- 皆様のお越しをお待ちしています。

かみさぎ児童館 ☎(3998) 0074

**影絵の上映会**

- ・日時：2月24日(金) 15:30~16:15
  - ・会場：かみさぎ児童館 一階ホール
  - ・対象：幼稚園児から
  - ・内容：読み聞かせ等の活動をしている地域ボランティア「金の星」の皆さんによる影絵の上映会です。
- ※当日当館で受付します。無料、先着50名



**かみさぎ花だより**

今回は木へんに春の「椿」です。いかにも春の使者という風情。古事記にも載っているようです。また豊臣秀吉、徳川秀忠が愛した、と言われていいます。安土桃山時代から茶道の茶花として好まれ、それ以降、様々な品種が栽培されました。



さらに、和菓子の祖とされる椿餅が万葉集・源氏物語にも

登場しています。さて、椿に関連してよく知られている俳句と短歌を紹介しましょう

赤い椿 白い椿と 落ちにけり

河東 碧梧桐

山寺の 石のきざはし(階段)

下りくれば 椿こぼれぬ 右

に左に

落合 直文

鷺六高齢者会館 ☎(3926) 3656

**さぎろく春まつり**

- ・日時：3月11日(土) 10:00~14:30
  - ・会場：鷺六高齢者会館
  - ・対象：どなたでも
  - ・内容：①「演芸会」体操、歌、踊り等日頃の成果を発表
  - ②「展示」絵手紙・折り句・はたけパネル等
  - ③「手づくり作品販売」ビーズ製品 布ぞうり・手芸・ウッドクラフト
  - ④「模擬店」焼きそば・赤飯・助六 事前に食券を販売するものがある
- 4月から新年度になり、新しい講座が始まり、また、曜日・時間の変更等があります。受付は3月から。今年度から継続して参加する方も改めて申し込みが必要です。詳細は会館へお問い合わせください。

かみさぎ特別養護老人ホーム ☎(3926) 8443

**家族介護教室**

- ・日時：2月25日(土) 13:00~15:00
  - ・会場：しらさぎ桜苑(5356) 5447 (中野区白鷺1-14-8 鷺宮駅から徒歩5分)
  - ・対象：病気の後遺症や認知症等で在宅介護が必要な家族(先着40名電話申し込み)
  - ・内容：講演会 「認知症専門医からのメッセージ」
- 講師 あしかりクリニック医院長 芦刈 伊世子先生

かみさぎ幼稚園 ☎(3999) 7361

**ぴよんクラブ**

- ・日時：2月27日(月) 10:00~11:30
- ・会場：かみさぎ幼稚園
- ・対象：未就園児親子
- ・内容：①おひな様を作ろう ②3歳児との交流



野方消防署 鷺宮出張所 ☎(3970) 0119

**春の火災予防運動**

3月1日(水) ~ 3月7日(火)

「火災から尊い命を守ろう」

あなたと家族の命を守る住宅用火災警報器は、平成22年より設置が義務づけられています。火災の発生を少しでも早く発見し、被害を少なくするためにも設置しましょう。

10年を過ぎると電子部品の寿命や電池切れ等により、火災を感知できなくなることがあるので、メーカーでは10年を目安に交換をおすすめしています。



**ウォーキングの基礎を学ぼう!**

健康づくりの意識を高めるために 体験講座としてウォーキングの基礎を学びます

地域の自主団体の太鼓演奏やチアガールによるダンスの披露もあります

- ・日時：2月25日(土) 10:30~12:00 (受付は10時から)
- ・会場：第四中学校体育館 (中野区若宮1-1-18)
- ・対象：中野区在住の方 (先着170名)
- ・講師：健康運動指導士 安藤 可也子先生
- ・参加費：無料



- ・持ち物：上履き 水分補給用の飲み物 ※防寒着(寒さ対策をしてご参加ください)
- ・申込期間：2月6日(月)~2月24日(金) 電話・電子申請 定員に満たない場合は当日参加も可能
- ・申込：鷺宮すこやか福祉センター 地域支援分野 ☎ 3337-8450 FAX 3330-1340

**わが街の駐在さん**

上鷺宮の皆さん、こんにちは！寒い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？我が家では、家族が風邪をひいたり、胃腸炎になったりという大変な年末でした。しかし、年が明けると家族も元気になり、新しい気持ちで新年を迎えることができました。今年は、皆さんが「振り込め詐欺」の被害や交通事故に遭わないようご注意ください。私も努力しますのでご協力をお願いします。



もう一度言わせてください。「振り込め詐欺」と「自転車の交通事故」には注意してください。上鷺宮駐在所

**編集後記**

歳末、正月と飲酒の機会が多かった事と思いますが如何お過ごしでしたでしょうか？

私の好きなことばです。

「お酒は飲めば飲むほど 酒の味語り明かせば 人の味 男(人)が男(人)に 惚れるとき」 一人で飲むより大勢で飲む方が楽しいですね。

(岡部輝生)