



田内自治会 第57回お婆の会「うず巻きフォトフレーム」

6月2日(土)午後1時から「第57回お婆の会」を開催しました。今回の作品は、「うず巻きフォトフレーム」です。中心指導は、金田さんにいただきました。ポップコーン用の蓋の側面に、細長く切った色画用紙をうず巻きにして、ボンドで貼って

りの写真や絵を貼ることにしました。また、裏面にも写真や絵を貼って、リバーシブルとしてその日の気分に合わせて楽しみながら使えるように工夫しました。ちょっとした工夫で、とても素敵な「うず巻きフォトフレーム」が出来上がりました。皆で楽しく交流しながら作品づくりが出来ました。

きました。夏の情熱を表すようなうず巻きや涼やかなうず巻きのフレームが出来ました。フレームに吊り下げ用のひもを取りつければ後はフレームの中に好きな風景写真や思い出の写真、可愛い動物の写真、孫の写真、自分の写真と、皆さんそれぞれのお気に入り



東台自治会 第3回1日体験会「生け花」

6月2日(土)午後1時30分から「第3回1日体験会」を開催しました。昨年は、「山村御流の基本」を体験しましたが、今回は剣山を使つての「山村御流の第一歩」を体験しました。ご指導いただいたのは、華道山村御流教授の奥村英子様です。弟子の方にもお世話になり、サポートをしていただきました。『花は野にあるように、自然にあるように』を基本に、自然を生かす生け方を学びました。花材は「姫みずき」と「ダリア」で、花器は「広口花器」を使用しました。まず向きを決め、水を入れた花器の中に剣山を入れました。次に、「姫みずき」の枝ぶりを良く見て、良いところを選び、ハサミで切り取りました。主体の枝を切り取ると花器に生けて、自然を表現するために、余分な葉を落としました。対照として「ダリア」を使い、

優しさを表現しました。主体と対照が決まると、その間のつなぎを「姫みずき」で豊かにしました。主体を立体的に見せるために、主体の陰を「姫みずき」(葉が上向きのもので生け、対照の陰を「ダリア」(花びらを少しとったもの)で生けていきました。後は、剣山が見えないように「姫みずき」の彩のある葉を使って、グラデーションを出すと完成です。皆さんで作品を觀賞しました。



田内自治会 「オープンサロン:ヨーガ」がスタート!

6月7日(木)午前10時から「オープンサロン」で「ヨーガ」を行いました。第1と第3木曜日の午前、誰もが自由に参加することが出来る「ヨーガ」を開催することになりました。ご指導いただくのは、梶ヶ前在住の高橋嵯貴子様です。今回、第1回ということで、ヨーガの基本の説明をしていただき、体験しました。ヨーガは「本来自分が持っている自然治癒力を高める」ことを大切に、「体操法」で体のバランス(しなやかな体)を整え、「呼吸法」で集中し、交感神経や副交感神経を刺激して、身体や頭の覚醒を促します。

そして「瞑想法」で体も心も無にし、リラックスした体へと整えていくそうです。この基本をもとに、無理をせず、体の状態に合わせて、股関節や足、肩、首、背の動きを確かめ、体を緩めました。また、^{しかばね}屍のポーズや体側、腰の運動も行いました。参加者の方から「体の調子が多くなった」「動きが軽くなった」という反応がありましたが、まだ1回目です。さあ、これからです。



西片泓自治会 「絵手紙教室」

6月10日(日)午後1時から「絵手紙教室」を開催しました。この取り組みも6回目になります。ご指導いただいたのは、地域在住の北村康男様です。はじめに先生が「墨をすっていきと、心がだんだんと落ち着きます」とのこと、皆さん集中して墨をすりました。その後、直線や曲線の筆使いの練習をして、皆さんが持ち寄った野菜(南瓜やトマト、白カブ、ナス、玉ネギ、ピーマン、レモン、トウガラシ、梅、山芋の蔓)を題材にして描きました。描き終わると、ひと言葉言葉を添え、自分の印を押しました。次に、色画用紙を土台の作品づくりをしました。書き損じハガキな



ど(再利用)に色画用紙を貼り、その上から半紙に描いた絵を切り取って貼ります。言葉を入れて、最後に印を押すと完成です。サイン入りの「世界でたった一つの素敵な絵手紙」が出来ました。作品は展示します。





神足小校区 5年生「地域に支えられた田植え体験」

梅雨空の6月15日(金)午後1時45分から5年生の「田植え体験」を行いました。ご指導いただいたのは、コミュニティスクールの湯浅重男様です。校舎の南側の田んぼの前にはコミュニティスクールやPTA、すすく教室、生涯学習推進委員の総勢14名のサポーターが待っていました。学校からは教頭先生や担任の先生、校長先生もお見えになっていました。時間になると、3組から湯浅さんの分かりやすい説明を受け、班ごとに苗をもらって田植えをしました。紐に赤玉の目印がついているので、そこに苗を3、4本ずつ植

ました。「足跡のところに植えると苗が浮からね」「苗が浮かないようにしっかり植えや」の湯浅さんの声に、皆は頑張って植えました。浮いた苗は、教頭先生やPTAの方が植え直しました。田んぼに入る時、「ぬるぬるで気持ち悪い」「にゆるっと気持ちいい」など、泥田での思いの感想でした。植えた稲の品種は『ヒノヒカリ』です。今後の田んぼの管理は、コミュニティの皆さんがしてくださるそうです。稲の成長と秋の実りが楽しみです。



神足小校区 「ホタルのタベ」

6月15日(金)午後7時30分から9回目の「ホタルのタベ」を開催しました。雨の心配から、体育館で行いました。時間になると、たくさんの子も達や父母、卒業生が集まって来ました。校区コミュニティの齋藤会長や校長のあいさつが終わると、コミュニティ担当の木本さんから「ホタルの話」がありました。世界には約3,000種のホタルがいて、長岡京市で生息するのは4種類(クロマドボタル、ゲンジボタル、ヘイケボタル、ヒメボタル)だそうで

す。ホタルは綺麗な環境で生息するので、環境の大切さについても話がありました。そして、学年ごとに集まり、係の人からホタルを受け取り、中庭に行ってホタルを放流しました。ホタルの餌のカワニナは中庭で育てています。寒い中でしたがホタルは中庭に飛んでいきました。この日のために、9人の方が7時間かけて採取に行ったそうです。



西の京自治会 「午後のお茶会:焼きあゆづくり」

6月20日(水)午後1時30分から「午後のお茶会」で夏の和菓子として知られている「焼きあゆ」づくりをしました。早速、「生地づくり」「求肥づくり」に分かれ、作業をしていきました。生地は卵、砂糖、ハチミツ、みりん、小麦粉を練り、水を加え、ホットプレートで焼きました。求肥は白玉粉、砂糖、水を練って、レンジで加熱し、少し冷まして、片栗粉をつけながら、小分けしました。焼いて出来た生地の真ん中に求肥を置き、生地を半

分に折ると、あゆの体が出来ました。後は焼いた金串で目やひれの焼き目を入れると、元元よく飛び跳ねる若鮎の「焼きあゆ」が完成です。季節の和菓子を皆さんで分けて、お土産として持ち帰りました。



滝ノ町自治会

第202回ふれあい文化サロン

6月23日(土)午後7時30分から、「第202回ふれあい文化

「映画のタベ『HANA-BI』」

サロン」を開催しました。今回は「映画のタベ」と題し、に憎しみの銃弾を撃ち込む。妻の医療北野武監督の『HANA-BI』を上映しました。ベネチア国際映画祭グランプリに輝いた作品です。あらすじは、不治の病で、余命いくばくもない妻(岸本加世子)を見舞う刑事:西(ビートたけし)の代わりに張り込んでいた堀部(大杉漣)が犯人(薬師寺保栄)に撃たれる。命は助かるものの車椅子生活。西は犯人を追いつめるが、部下の田中(芦川誠)が銃の犠牲となる。西は、犯人



地域推進活動報告

田内自治会 第21回「オープンサロン」

6月16日(土)午後1時から第21回「オープンサロン」を行いました。今回は室内での活動になりました。以前おばの会でした「アームブレス」をするグループ、紐を使った「バッグ」を編むグループ、次回の「折り紙万華鏡」を試作するグループに分かれ、活動し

ました。いつものように、ゆったりとした中、飲み物を飲みながらワイワイと語り、楽しく時間を過ごして行きました。

