



高台自治会 第46回ふれあいサロン「社長三代記」

3月26日(月)午後1時30分から毎月恒例の「ふれあいサロン」を開催しました。第46回目に上映したのは、森繁久彌の社長シリーズの昭和33年作「社長三代記」です。この映画は、社長シリーズ初のシネマコープの作品で、この作品から加東大介も登場し、三代目の社長となります。蒼々たるメンバーで、二代目社長の森繁久彌をはじめ、秘書役の小林桂樹、脇役として三木のり平、有島一郎、三代目社長長女役の団令子など、懐かしのスターが



登場しています。映画は、福富電気創立記念日に、先代社長をスライドで紹介するところから始まります。そして、森繁が渡米することになり、社長代理として加東が着任します。女性関係にだらしない森繁と、質実剛健を旨とする加東との社長像(人間模様)を楽しいコメディタッチで描いています。上映後のお茶会では、映画の話やさくら公園の桜の開花時期に花が咲きました。

登場しています。映画は、福富電気創立記念日に、先代社長をスライドで紹介するところから始まります。そして、森繁が渡米することになり、社長代理として加東が着任します。女性関係にだらしない森繁と、質実剛健



長法寺小校区 「桜を観る会」

今年の桜の開花は、各地でも早く、去年のこの時期には、桜も蕾の状況でしたが、3月31日(土)にはもう満開でした。運動場周辺に咲く見事な桜を観るために、地域の皆さんがたくさん来場されました。会場には休憩所もあり、座ってお茶を飲みながら春を感じたり、桜の木の下で昔を懐かしんだり、それぞれの桜の楽しみ



方をされていました。我が子とともに参加されたお母さんは、懐かしそうに在りし日の話をされていました。あちらこちらに微笑ましい姿がありました。運動場の西には創立140周年記念として植樹した八重桜も大きく育ち、新しい学校の名物としての出番を待っていました。柔らかな春の陽差しの下、子どもも大人も見事な満開の桜を観ながら、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。



田内自治会 第55回お婆の会「折り紙こま」

4月7日(土)午後1時から「第55回お婆の会」を開催しました。今回はお食事会やお茶会を前半に行いました。ゆったりとした気分に入った後は、「折り紙こま」づくりです。指導いただいたのは、福井さんです。折り紙を折っていく順番を説明した紙を見せて、一つ一つ丁寧に進めました。「まだの方いませんか」「ちょっと待って!」「待ちます」というように、皆さんの進み具合に合わせて行きました。皆さんが折ったことのある「つる」や「だまし舟」「帆掛け舟」「奴」など



の折り方を使うところもいくつかあり、皆さん集中して取り組んでいらっしゃいました。「つる」のところでは、「孫もつるをおりよるねん。孫に負けんようにしなあかんなあ」などの声に、ワイワイと楽しい雰囲気の中で、1人3個ずつ色を変えながら「折り紙こま」をつかっていきました。完成したこまを回してみると、折り紙の色が丸い帯になり、とても綺麗でした。今年度初の「お婆の会」がスタートしました。



高台自治会 「さくら祭とバザー」

4月8日(日)午前11時から毎年恒例の「さくら祭」と「バザー」を行いました。例年はこの時期に満開の桜も今年は残念ながら葉桜状態でした。さくら会館では、地域の皆様から提供されたバザー品を目当てに長蛇の列が出来ていました。時間になると、会場はごった返しの状態で、日用品や雑貨、服や陶器、飾りなど、掘り出し物などを目指して、品物と値札を見ながら、品定めをされていました。「パソコン」「パソコンの修理券」「教習券」



などもあり、賑わいました。テレビの画面では「高台の1年間の活動」が流され、雰囲気盛り上げていました。公園にはテーブルが設置され、ぜんざいや酒類での宴も開かれ、ウグイスの声とともに、高台の賑わいの声がさくら公園に響き渡っていました。



田内自治会 第17回「オープンサロン」

地域推進活動紹介

4月14日(土)午後1時から17回目の「オープンサロン」を行いました。館内では「100円ショップで買った生地、牛乳パック皿や手提げ袋、ティッシュ入れをつくってみた」と作品の紹介が始まりました。「皆でつくってお出かけしようか」などの声も上がりました。しばらくお茶を飲みながら交流やなぞなぞ(北田さんのお孫さんが提案)をした後、牛乳パックペン立て



や缶バッジづくりが始まりました。前回人気のダーツも準備。そして今回は、「グラウンドゴルフ」も登場。経験者の指導のもと、賑やかに「田内式グラウンドゴルフ」を開催。「仲間がいて、楽しいひと時のオープンサロン」が充実してきました。





東台自治会 第1回1日体験教室

「ダーツを楽しもう」

4月19日(木)午後1時30分から誰もが簡単に出来る人気の「ウェルネスダーツ」に取り組みました。日本ダーツ連盟長岡京ダーツ協会事務局長の片山達様にご指導いただきました。矢を投げる姿勢での体幹支持や得点計算で脳を活性化させることから、高齢者の取り組みとして見直されています。また参加者同士の交流も深めます。試合では、前向きに楽しくすることが大切です。具体的には、「失敗してもネガティブな発言をしない、他人の活躍を自分の喜びとしハイタッチする、他の人が矢を投げる時は静かにしてヤジらない、交代する時は『ナイスダーツ』と声を掛ける」など、元気で気軽に楽しめるスポーツです。最初に矢の投げ方や得点の数え方などをご指導いただいた後、早速、1人ずつ練習をしました。「初

めてやから難しい」と言っていた人も、2巡目では投げ方も様になり、的の中心に近づきました。矢が刺さる度に「わあ、すごい！」とか「3倍の点数のどこや」と喚声が上がりました。次にチームゲームに移りました。カラーシュートゲームでは、黄赤青の色枠順にチーム全員が1人3本の矢で色枠を狙い、矢を投げます。1つの色枠に3本刺さると次の色に進みます。その他にも3種類のチームゲームをして、皆で楽しく盛り上がりしました。最後に、「ウェルネスダーツ」の「効果と効能」についての説明を受けて、皆さんで歓談しながら交流しました。



西の京自治会 午後のお茶会「いちご大福と筍ご飯づくり」



4月23日(月)午後1時30分から「午後のお茶会」を開催しました。今回は「いちご大福づくりと筍ご飯づくり」に取り組みました。まず茹でておいた筍を切り、米を研いでガス釜で炊く準備をしました。時間があるので、その間に「いちご大福」をつくりました。いちごのヘタを取り、水気を取ったら、小分けにした白餡でいちごを包みました。そして、餅粉に上新粉と砂糖、ぬるま湯を加え、練ったものをレンジで熱し、少し冷めたら餅を取り分け、

その中にいちご白餡を入れて包みました。余分な片栗粉をはらってカップに入ると完成です。「いちご大福」をつくっている間に炊いていた「筍ご飯」が炊けたので、蒸して桶に空けると、美味しそうな匂いが部屋にプーンと漂いました。旬の食材を使った作品が出来ました。



つくっている間は、テレビ番組や出演者の話などでワイワイと盛り上がりしました。



田内自治会 第16回「オープンサロン」

地域推進活動紹介

3月31日(土)午後1時から、16回目の「オープンサロン」を行いました。今回は、前回に人気だった「ウェルネスダーツ」をセットしておいたところ、次々に「ダーツ」のところに集まり、「私もダーツさせて」「こっちに来いな。ダーツしよう」と、いつの間にか「ダーツ選手権」のようになりました。点数の入れ方を確認し、投げた人が計算して点数を書き込

んでいきました。練習ラウンドが終了するや否や、早速「田内オープンサロンダーツ選手権」の開始。皆さんやる気満々で、投げ方もだんだんと上手になっていきました。中心に刺さると「すごい」と声が上がっていました。ひと区切りしたところでお茶タイム。公園の桜を眺めながら、桜餅などを食べ、思い思いの話で盛り上がりしました。



新田自治会 食品の新事実「正しいことを知りましょう」

地域推進活動報告

3月18日(日)に、健康な食生活を送るために、健康管理士の久保仁様にお越しいただき、「食品の新事実『正しいことを知りましょう』」と題し、お話をしていただきました。今まで「安全だ」と思って食べていた物が、実は「身体に悪い成分がある」とか「調理の仕方によっては老化を早めたりする」などの研究結果とデータをご報告いた

だきました。食生活への関心が高く、講演中にもかかわらず質問が出るなど、有意義な時間となりました。また、「健康・栄養クイズ」もあり、「一人一生涯に支払う医療費の総額はいくらか」「70歳以上で支払う医療費は何%か」「国際栄養学会で認められているビタミン13種類は何か」「輸入作物にあるシールの下に記されている4、5桁の数字の意味は何か」など、生活に活かせることを学びました。会場から、「ダメージを受ける前に、お話が聞けて良かった」という感想がありました。

新田自治会 「脳トレのススメ」

地域推進活動報告

10月28日(土)に「脳トレのススメ」を行いました。はじめに、京都市立桂小学校の校長さんから「生涯学習って」と題し、「生涯学習の大切さ」についてお話を伺いました。また、長岡京市の取り組みについても紹介しました。

次に、「簡単『平面的ルービックキューブ』づくり」をしました。表と裏それぞれ16マスに、見本をもとに8色の色を2マスずつ貼り、表と裏を貼り合わせると完成。いろいろな折り方を工夫して、同じ色4マスをつくる遊びです。楽しく脳の活性化が出来ました。

