

長八小校区「第 39 回友好祭」



2 月 24 日(日)午前 10 時から「長八友好祭」を開催しました。オープニングは長八小金管クラブによる「崖の上のポニョ」や「ミッキー・マウスマーチ」の演奏。その後、青推協の布野純司会長などの挨拶が続ぎ、長岡第三中学校吹奏楽部による「から紅の恋歌」「ルパンのテーマ」など、スウィングを入れながらの全 3 曲の披露がありました。終わるとコーナーの開始です。子ども達はお目当てのコーナーに一目散。運動場では平安騎馬隊による「乗馬体験」があり、京都の地名がついた「オウエくん」と「アタゴくん」に乗って、たくさん子ども達が楽しみました。また「グラウンドゴルフ」や「ストラックアウト」にも

フ」や「ストラックアウト」にも

たくさん子ども達がチャレンジ。中庭では長八名物「トンカチ」コーナーでテーブルやイスなどをつくっていました。体育館では生涯学習の皆の「カラーリング」コーナーを実施しました。ピロティでは無料の「大根炊き」や「ぜんざい」「うどん」「フランクフルト」「フライドポテト」「ジュース」のコーナー、向日町警察署交通指導員による「交通安全クイズ」や「もぐらたたき」コーナーもあり、長八小校区が一日中たくさんの人で賑わいました。



新田自治会「エンディングノートと遺言・相続の話」



2 月 24 日(日)午後 1 時から「エンディングノートと遺言・相続の話」の研修を実施しました。講師は、京都市や滋賀県でご活躍の行政書士・園久典様です。資料にそって「エンディングノート」の説明がありました。「家族に伝えておきたいこと」「本人の希望」「自分が生きてきた足跡」「知人に知って欲しいこと・伝えたいこと」などを書き記すもので、「法的な効力はないものの、残される者に負担をかけないための有効なもの」であることを教えていただきました。「遺言書」は、書き方に一定のルールが設けられ、法的な効力があ

るそうで、財産等の相続には法的な効力があり、また簡単に変更や付加えが出来ないものであることも教えていただきました。「エンディングノート」は、その時々で変更や書き直しも自由で、書きながら「自分の整理」や「今後の計画」なども付け加えることが出来るものということです。「エンディングノート」も「遺言書」も出来たら「元気なうちに書いておくことが大切」と締めくくられました。講演の後は、皆さんからの質問コーナーで、費用のことや相続の具体的な内容や話がありました。実りのある学習が出来ました。



地域推進活動紹介



田内自治会 第 26 回「ヨガ」実施！

2 月 21 日(木)午前 10 時から「第 26 回オープンサロン: ヨーガ」を開催。はじめに、高橋先生から「気温の変化が激しい時期。着る物で調節するのも一つですが、体を動かして体を温めていきましょう。肝臓の不調が見える時期なので、酸味の食物をとったり、苦味のある山菜を摂取し、自分の体に合った食べ物で健康にしていきましょう」と、「五味五性表」をもとにお話をされました。そして姿勢を正し、瞑想、

呼吸に集中。足指、足首回し、足の裏などの確認をした後、股関節や肩、首の状態を確認。つま先を使ってバランスを取りながら立ち、踵の上げ下げや腰わりでの踏ん張り、肩甲骨強化のピラミッドのポーズなどをしました。またバンダの姿勢からもピラミッドのポーズや肩甲骨の強化、蓮の花のポーズから牛面のポーズなどで肩関節の確認もしました。肩周りの動きがあまり良くなかったです。



地域推進活動紹介

西の京自治会 第 27 回男の料理「豚肉の葛煮づくり」

2 月 22 日(金)午前 8 時 45 分から食材の買い出しに行きました。買い出しから帰ると、早速調理にチャレンジ。豚肉を一口大に切り、ショウガを薄切りにして、鍋に入れて炊きました。玉ねぎも余分に買ってきいたので、切って入れ、みりんを足して煮込み、味を整えました。水気が少なくなったらグリーンピースと溶いた片栗粉を投入。とろみがついたら出来上がり。



みそ汁風すましもつくったので、豪華にスジエビを入れてると、良い味の汁になりました。ご飯とデザート添えて出来上がりです。皆で美味しくいただきました。





高台自治会 第56回ふれあいサロン「二・二六」

2月25日(月)午後1時30分から「第56回ふれあいサロン」を開催しました。明日が2月26日ということで、平成元年につくられた五社英雄監督の「二・二六」を上映しました。この映画は「二・二六事件」の前夜から。そして発生から終結までの4日間を描いた作品で、昭和恐慌により拡大する貧富の差に、皇道派の将校が財閥や大臣、官僚を抹殺し、天皇を中心とした独裁政権をつくろうと昭和維新を掲げ、陸軍の青年将校たち1,500人を率いクーデターを起こします。彼らは雪の降る中、岡田首相、高橋蔵相斎藤内大臣鈴木侍従長などを襲撃。クーデターは成功したかに見えましたが、首相が生きていたことや政府と内務省により、翌日、戒厳令が布かれ、決起部隊への原隊復帰命令。



藤大尉は拳銃自殺を図るものの未遂。野中大尉は拳銃で自決。決起部隊の19名の将校は軍法会議で有罪で、銃殺刑。出演者には良く知っている俳優さんも多く、後の交流会の中で、「二・二六事件」についての話や俳優さんの話で、皆さんとの交流が盛り上がりまし

食糧提供のストップ。家族や恋人への思い。状況の変化の中、安藤大尉は野中大尉に部隊の原隊復帰を説得。抵抗していた兵士たちが投降していきます。安藤大尉は拳銃自殺を図るものの未遂。野中大尉は拳銃で自決。決起部隊の19名の将校は軍法会議で有罪で、銃殺刑。出演者には良く知っている俳優さんも多く、後の交流会の中で、「二・二六事件」についての話や俳優さんの話で、皆さんとの交流が盛り上がりまし

みどりで笑顔のまちづくり 出前講座

主催：(公財)長岡京市緑の協会



八条が丘自治会 「寄せ植え講習会」

2月26日(火)午後2時30分から、緑の協会にお世話になり、「寄せ植え講習会」を開催しました。

緑の協会から2名指導に来ていただき、大高緑化指導員に中心指導をしていただきました。花苗は「シュガーバイン」「カランコエ」「ポトス」の3種類です。はじめに、緑の協会の紹介があり、その後花苗の説明や手順の説明がありました。早速用意された鉢に、排水性の良い観葉植物用の土を半分ほど入れ、用意された肥料をグループで仲良く分けて混ぜ込んだら、鉢の正面に合わせ、花苗を配置しました。花苗の土を落とすと、「シュガーバイン」や「ポトス」のこれからの生長を考えながら植えました。根の間に土をしっかりと入れ、花苗を固定すると、残っていた肥料を表面に巻き、「寄せ植え」が完了しました。指導員から「水やりは

ここでやると水浸しになります。遠足は家に帰るまでが遠足です。『寄せ植え』も家に帰って水やりするまでが『講習会』です」という注意がありました。思い思いの素敵な「マイ寄せ植え」が出来ました。



長五小校区 「第30回友好祭」

3月3日(日)午前10時から「第30回友好祭」を開催しました。開会式の竹内校区コミュニティ会長などの挨拶の後、長岡第四中学校吹奏楽部による演奏が披露されました。昨年ヒットした「USA」などを含む「2018 ヒット曲メドレー」や「懐かしの曲メドレー」など、アンコール曲を入れ4曲の演奏がありました。あいにくの小雨模様で、運動場で予定の「三輪車レース」は中止。体育館では「ストラックアウト」「輪投げ」「ビーンボーリング」「卓上相撲」「グライダーづくり」などのコーナーがあり、多くの子ども達で賑わいました。体育館前では食のコーナーの「ポップコーン」「綿菓子」「フランクフルト」「うどん」「ジュース」が用意され、長蛇の列が

出来ました。クラブハウスの1階で生涯学習委員会の「パソコンゲーム」、2階ではすすく教室の時計やオルゴールづくりの「工作」コーナーがあり、たくさん子ども達が取り組みました。理科室では「プラバン」コーナー、多目的ルームでは「クラックライン」も行われ、校区が地域の人で盛り上がりしました。



長七小校区 「長七みんなのつどい 2018」

3月3日(日)午前9時30分から「長七みんなのつどい 2018」を開催しました。小雨模様の天気でしたが、運動場では京都府警「平安騎馬隊」の「乗馬体験」やJAFによる「衝突体験」などのコーナーがあり、たくさん子ども達が体験をしました。体育館の「コマ回し」「ミニ卓球」「羽根つき」「オセロ・将棋」「スポーツ吹き矢」などのコーナーで子ども達は楽しそうに遊んでいました。校舎内では「マジック」「折り紙」「ビニールロケット」のコーナーや「缶バッチ」「バザー」のコーナーが用意されていました。

体育館前では「綿菓子」「たこせん」「コーヒー」「フランクフルト」「うどん」「豚汁」「いなり」「チョコバナナ」「たいやき」「駄菓子」「ジュース」ポップコーンなどの食のコーナーが人気で、長蛇の列。皆さん美味しそうに食べていました。長七小校区が盛り上がった「みんなのつどい」になりました。

