

北 汲 沢 地 区 だ よ り

# ねむのき

第 8 0 号 発行日 平成 2 7 年 4 月 1 日

発行 北汲沢連合町内会、北汲沢地区社会福祉協議会

## 高齢者支援のための車椅子訓練好評！ 煙の恐ろしさを体験出来た防災訓練

平成 2 3 年度からスタートした連合統一防災訓練。昨年度同様、冬季にて計画し、晴天の下開催された。今年度は、1月25日に踊場公園「円形広場」で総勢 1 1 3 名の参加を得た。

町内会毎に、町内旗を先頭に集合し、参加名簿の集約を終了、開会式を開始。加藤連合町内会長の挨拶、そして戸塚消防署小泉予防課長にご挨拶を頂き訓練が開始された。消防署員 3 名の指導の下、AED（電気ショック）を使った心肺蘇生班、今年から始まった煙体験と毛布や椅子を担架として使用した搬送班、更に、ケアプラザに多大なご協力いただき地区社協がマニュアルを準備し指導をいただいた車椅子班、の 3 班に分かれ其々 3 0 分ずつの訓練であった。



又、家庭防災員が防災グッズ、保存食を展示。保存食のパンが、意外と美味しく試食出来た。煙体験は、煙にまかれた時の不安な感じや、煙の中では 1 ~ 2 m でも全く方向がわからなくなる事を実体験。更に戸塚消防署による防火貯水池からの放水訓練も行われ、数人が放水を体験した。最後に、訓練をサポートいただいたケアプラザ、地区社協、東明東・西町内役員、家庭防災員のご協力に感謝いたします。

## 汲沢中 1 年生 1 5 6 名へ地域交流授業

毎年 2 月の第二金曜日には、地域交流授業として「とうがらしストラップ」作りを行っています。今年は 4 クラス、どんな子供たちが待っているか？と楽しみに準備を進めました。

当日は北汲沢のボランティア 13 名と P T A ・校外委員 27 名、沢山のお母さん方に参加して頂きました。お母さんの中には「上の子供が作ったのよ！」とストラップを大切に持って来て下さった方もおられました。

今回で 7 回目となるこの授業ですが、最初の生徒さんは今何歳になっているの？と指を折ってみたりと「感慨もひとしお。

ークラス当りに大勢の先生がいて子供たちも少々ビックリ気味の中、45 分の授業がスタート、全員夢中でストラップ作りに取り組みます。

その内、あちこちから「出来たよー！」の歓声が上がり始め、みんな本当に楽しそう。この声を聞くことが毎年うれしくて、にわか先生方の長い準備の疲れもスーッと抜けていく瞬間です。

今年も多くの方々にご協力を頂いて無事終了することが出来、本当にありがとうございました。

(地域ボランティア代表 落合清子)



## 踊場地区センターまつり

保健活動委員の健康測定、地域パネル展に 736 名が！

雨がポツポツ降る中のお祭りでしたが、大勢の方に来て頂くことが出来ました。今年初めて保健活動推進員が参加し、2 階の片隅で「健康チェック」・「血管年齢」・「体脂肪測定」等を行いました。皆さん健康には大変興味を持っていただいております。おかげで長蛇の列、各種測定結果に一喜一憂されていました。中にはゲーム感覚で参加の小学生もおりましたが測定機械が成人用、結果がプリントされず残念がりつつ楽しんでくれました。

今日の測定結果は、様々な角度から見た健康上の目安、皆様の日常の健康づくりに役立てて頂ければ幸いです。



北汲沢連合・踊場連合・地区社協民協はパネル展の説明・PR 担当  
スポーツ推進委員は「餅つき」  
消費生活推進委員は販売の

「あんこ・きなこもち」づくりを分担、夫々が持ち場で北汲沢のベストを身に着け、一生懸命奮闘！





## 地域の耳寄りなはなし



### 見守られて生きる

末っ子が一年前に離れて住むようになってからは、老妻と二人だけの暮らしになりました。互いに手持ちぶさたの感じと、ちょっぴり淋しさも感じる日々です。

そうした暮らしの中で、北汲沢地区社協で発行される「お元気ですか」が担当の方たちの手で毎月届けられてくると、地域の方々のつながりを感じ心強くなります。その「お元気ですか」の通信の中には適切な情報も多くあって、大変参考になります。夫々がひとりぼっちでもふたりぼっちでもないという安心感を与えられています。

それにお隣近所の方々にも、何かあったら遠慮せず声を掛けてくださいねと言われ、自分達は見守られていると感謝の気持ちです。

この地域も老人の一人暮らしや二人暮らしが目立ってきています。夕方になれば明かりがついているかどうか位は、お互いに見守り、見守られながら毎日を生きていきたいと願っております。

(東明西町内会 當間 俊雄)

## 生活のヒント...

### 筍、たけのこ

店先に出回ってきた、たけのこで春の旬を味わってみませんか。

#### <あく抜き>

穂先を切り落とし、皮付きのままたっぷりの水に米ぬかを入れて1時間ほど中火でゆでる。そのまま冷まして皮をむき、再度水からひとゆでする。



#### (新たけのこの煮物)

○材料 4人分

|      |                |
|------|----------------|
| たけのこ | 1本(250gほど)     |
| だし昆布 | 1枚(たて、よこ5cm角位) |
| 水    | カップ 1/2        |
| 薄口醤油 | 20cc           |
| 酒    | 20cc           |

穂先と根元を切り分けて材料を鍋に入れ、火にかける。沸騰したら湯気が立つくらいの弱火で20分ほど煮る。

## ~ 子育て支援”によきによきキッズ” ~ いつも親子に人気 参加もいっぱい!

北汲沢地区民生児童委員協議会主催の支援活動メイン行事として、東明倶楽部で第二金曜日に行われる子育て支援”によきによきキッズ”があります。

ボランティアの皆さんのご協力を頂きながら、一歳~未就園児の親子さんを対象に年2回のイベント(主に人形劇)含め季節に合わせた行事等でコミュニケーションの場を提供しております。

地域での繋がりが、子どもの成長の過程で大きな力になる事を感じて頂けたらと思います。

(北汲沢地区 主任児童委員 森 初美)



# 情報コーナー

## 平成26年度各町内会 ・連合・社協定期総会日程



|                       |          |                 |
|-----------------------|----------|-----------------|
| 富士見町内会                | 3月29日(日) | 午前10時           |
| 新生自治会                 | 4月5日(日)  | 午後7時            |
| 六郎丸町内会                | 4月19日(日) | 午前10時           |
| 東明東町内会                | 4月19日(日) | 午前10時           |
| 東明西町内会                | 4月18日(土) | 午後7時            |
| (公益法人)北汲沢地域 総合福祉活動委員会 | 5月17日(日) | 午前10時           |
| 北汲沢連合町内会              | 5月10日(日) | 午前10時: 六郎丸会館    |
| 北汲沢地区社会福祉協議会          | 5月10日(日) | 午前11時00分: 六郎丸会館 |

## ～ おばあちゃん いいの? 赤だよ～

最近、高齢者の交通マナーの悪さ 気になりませんか? 赤信号なのに平気で横断。慌ててブレーキを踏むと「気をつけなさいよ!」と言わんばかりの態度。長後街道では渡りきれなかったのでしょうか。分離帯に立ちすくむ姿や平然と渡る姿をよく見かけます。でもそこは横断禁止です。しかも直ぐ先に、信号機のある交差点がありますよ。斜め横断も危険です。何をそんなに急いでいるのでしょうか。たかが数分数十秒を短縮して何になるのですか?。その軽率な行動により、加害者にされてしまうドライバーがいることに気づいてください。

認知症が原因の交通事故減少を目指す改正道路交通法案が、3月10日に閣議決定されました。高齢者の運転には、家族の注意・協力がが必要です。車のキーや免許証を探し回ることが増えたウイカーを出し忘れる 車体をこする 洗車をしなくなった 運転が荒くなった 同乗者と会話しながらの運転が辛い...等思い当たる点はないですか? 本人のみならず家族も確認して見て下さい。

戸塚警察署管内の人身事故で高齢者の関係する事故は、昨年一年間で277件発生、件数全体の28%にあたります。

少しの注意で事故は防げます。交通マナーをしっかりと守りましょう!



# クローバースポーツクラブ情報

3月7日健康づくりで、CO2を削減する「カーボン・オフセット普及啓発補助金」を活用したフェスタを、汲小で開催。140名が参加。



3地域連合と汲小の4組織で設立した区内唯一の総合型地域スポーツクラブ【クローバースポーツクラブ】です。昨年の有料会員数180名、参加者2800名。活動日年間23回(毎月第2、第4土曜日) 一回当たり65円の割安料金! 年会費 個人会員 3,000円 家族会員 8,000円

その他、会員証発行手数料100円と教室により材料費等の負担があります。申込方法: 各活動日に汲小会場で受付。お問合せ先

- ・事務局加藤(871)4350
- ・直通電話/FAX(350)4075



## 編集後記

3月の梅の花とお別れをして、4月は桜の花の下での新生活のスタートですね。保育所、幼稚園、小中学生、高校生大学生、社会人みんなが、希望と期待で夢いっぱい春。

地域の皆さんも何かひとつ目標を持って、それを達成してみたいかがでしょうか。ご近所の方と明るく挨拶を交わしたり、子供やお年寄りの方が、したいのに出来ないと思ってしまう事を、そっと手助けしてみたり、何でもやれそうなのが春ですね。

北汲沢地域は、ボランティア活動が区内でも先端を行ってる地域です。地域で行っている総合福祉活動委員会の「生活支援事業」へのお手伝いも、春のスタートのきっかけです。地域の広報紙「ねむのき」は、そんな情報をいっぱい、新年度もお届けします。

### 編集委員

加藤 邦雄 落合 清子  
小上ふぢい 須藤 朋子 岩田 吉隆