

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜(午前)自治会館にお電話下さい(Tel.784-4447)。主に高齢者向けです。
※ふれあいの会の催しに、車椅子で参加される方のお手伝いをいたします。事前に自治会館にお電話下さい。

簡単修理事例



「水漏れ応急処置」

水を使用する設備などが故障した場合に、水漏れを防げるよう「止水栓」が取り付けられています。いざというときのためにその設置場所と種類、水の止め方を確認しておきましょう。

洗面化粧台は洗面台下の収納ボックスの中、トイレはタンク横、台所のシンクは下収納部分に設置(図1)されています。食洗機は食洗機の下部のカバーを外すと設置(図2)されています。



(図1) シンク

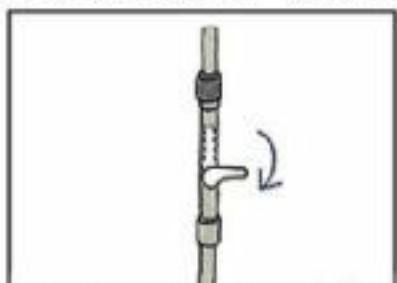
止水栓には「レバー式」(図3)「ドライバー式」(図4)「ハンドル式」(図5)の3つのタイプがあります。

どのタイプも止水栓を右(時計回り)に回すと水がとまります。食洗機の場合は場所がわかりにくいのでメーカーなどに問い合わせ確認しておきましょう。

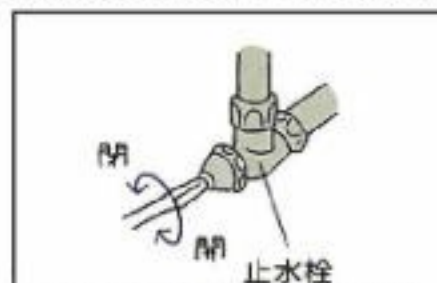
止水栓のない水栓金具(単水栓や2ハンドル式混合水栓など)や止水栓がどこにあるかわからない時は、屋外にある水道ボックスメーター内の元栓をしめ、水を止めてください。ただし元栓をしめると家中の水が止まります。(坂口)



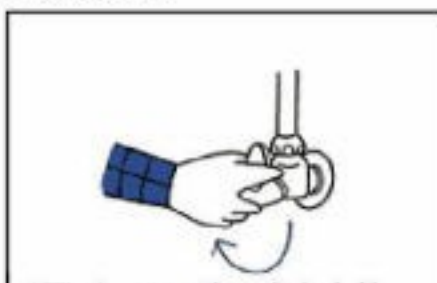
(図2) 食洗機



(図3) レバー式止水栓



(図4) ドライバー式止水栓



(図5) ハンドル式止水栓



ちびっ子の皆さん、寒い日が続いていますが風邪などひいていませんか？
2月は2回ありますので、ぜひ遊びに来て下さいね。
6ヶ月の赤ちゃんから幼稚園に入るまでのお子さんたちが、紙芝居や人形劇を楽しみに来てくれています。新しい方も是非1度のぞいてみてください。
お友達もできますよ。お待ちしております。(大橋)
日時:2月12日、26日(金)10:00~11:30 場所:自治会館1階(Tel.784-4447)

横浜市水道局が備蓄用の「水缶」の販売キャンペーンをしています。1月17日~3月21日
① 送料無料 ② 3箱毎に給水袋 ③ 10箱毎に1箱無料 土日配達可能 Tel. 847-6262
1箱 500ml×24本 税込み1,800円 7年保存可能 (一人3日分9Lの水を備蓄しましょう)

第52回「ふれあいティータイム」

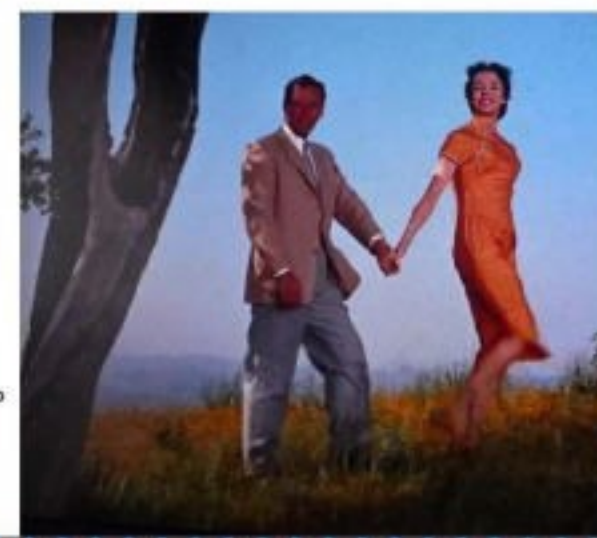
懐かしの映画上映会「慕情」

リクエスト第三弾

1955年アメリカ映画(102分)

1949年、イギリス統治下の香港。女医ハン・スーイン(J・ジョーンズ)は、アメリカ特派員マーク・エリオット(W・ホールデン)と出会う。たちまち二人は恋に落ち、徐々に愛を深めていく。しかし、ハンは未亡人でも、マークには別居中の妻がいた。マークは妻との離婚を進めようとするが、妻はなかなか同意しない。やがて二人の関係は、香港で噂となってしまふ。そして・・・
本作の主題歌「恋はずばらしきもの」は、ポール・フランシス・ウェブスター作詞、サミー・フェイン作曲による、甘く切ないラブソングとしてミリオンヒットを記録。実はこの曲、有名なアリア「ある晴れた日に」を参考に作曲されたもの。(栗原)

日時:2月17日(水)午後1時半~3時半ごろ
場所:自治会館1階 会議室
会費:無料 ※申込み不要(当日自由にお越しください)
問合せ:栗原



香港の輝く青い海、その海から梯子を昇るヒーロー。シガレットを煙らす二人。だが、背景には深刻な事情があった。丘に佇み海を見詰めるヒロイン。札幌の映画館で見てから50年以上。今もテーマ音楽を聞くと、この二つのシーンを思い出します。 瓜谷



第11回「喫茶ふれあい」へのお誘い

2月3日(水)は「喫茶ふれあい」の日です。午後1時30分~4時まで、ご都合のよい時間に覗いてみませんか。お待ちしております。



ふれあい「健康座談会」

最近「健康寿命」という言葉がよく聞かれるようになりました。健康寿命とは、何か病気にならずに健康で日常生活が出来ると言う当たり前のことです。病気は高齢化社会で避けて通れない課題だと思います。その予防のために何をすれば良いか、これからの老後を楽しく快適に過ごすにはどんなことが考えられるか、皆さんと話し合う会、「健康座談会」は如何でしょう。またすでに大病を経験された方が現在健康で過ごされている体験など聞く機会も同時に組み入れて参考にしたいと思います。(小西)

座談会の日時
日時:2月22日(月)13:30~15:00 参加はどなたでも自由
場所:自治会館 幹事・健康管理士 小西

今回の健康座談会は次のテーマの中から二つに絞りたいと思います。

- 1. 病気入院した場合の保険給付以外の費用はどのくらいかかる？
2. 病気にならないための食事は？
3. 病気にならないための運動量の目安は？
4. 二大疾患である「がん」と「認知症」について。
5. 病気の症状を克服して現在健康で日常を送っている方の体験談。

まだまだ問題はたくさんありますが以上の中から二つだけ皆さんの関心のある問題をお知らせ下さい。

Eメール:小西又は会館のポストへ入れてください。

締め切り2月12日(金)

Table with 4 columns: 希望の番号2つ, お名前, ブロック, その他



思い出の地

私の故郷、新潟

私の故郷は新潟です。南の糸魚川市から北の村上市まで300kmを超える海岸線を境に、西の日本海には、大きな佐渡島、東の内陸には、長岡、十日町、湯沢等の街と、広大な越後平野が広がっています。気候は、永く寒い冬で代表される雪国です。吹雪、霰、鉛色の空、家に閉じこもり、春の到来を待ちます。小学校、1年次、広い田んぼ道を吹雪にあおられて通学し、余りの寒さに泣いて登校、職員室の暖炉で暖めてもらいながら、先生方に笑われたことが今でも恥ずかしく思い出されます。夜、コタツで親が「いやに静かだ、降ってきたな」と言うので、窓を開けると一面の雪景色に感動したことも、横浜ではとても味わえない経験です。今ひとつの自慢は、佐渡に沈む夕日の美しさです。佐渡のシルエットとオレンジ色の海のきらめきは、時に息を飲む程の美しさです。

新潟の歴史は上杉謙信等でも有名ですが、少し異なった側面に触れてみたいと思います。糸魚川のヒスイにまつわる神話は、古事記にまで遡り、出雲の大国主命が高志(越)の国(現在の糸魚川近辺)の奴奈川姫に求婚したとされています。その後の説話には、生まれた男子が、天孫の国譲りの強権に反対し、糸魚川に追われ、諏訪に逃れて、諏訪大社の神になったとの伝えもあります。出雲、糸魚川、諏訪を結ぶ古代ロマンです。よもやと思いますが、糸魚川を海岸沿いに北上すると、出雲崎と言う出雲の国を思わせる小さな町があります。松尾芭蕉が、奥の細道の帰途、荒海や々と歌った場所とされています。また、この出雲崎は、有名な禅僧、良寛の出生地でもあります。出雲崎とその周辺は、良寛の五合庵時代、70歳から没年(74歳)までの真心尼との出会いの地でもあり、二人の交流、死別は、激しい修行を積んだ禅僧の、一人の人間としての生き様を、後世の我々に生々しく残してくれています。

最後に、故郷の辛い話をいたします。新潟は何故か大きな災害に見舞われ続けているように思います。子供のころに、市街を焼き尽くした新潟大火を経験し、大学時代、仙台に居りましたが、新潟地震で壊滅的な被害を蒙っています。さらに近年では、山古志村の被害等です。

新潟地震の時は、仙台でも強い揺れで教室の外に飛び出し、下宿に戻るとおばさんが「加藤さん、新潟が大変だ」と言うので、テレビに釘づけになりました。電話も電報も電車もだめで、動きが取れずテレビの悲惨な映像を見ながら母や弟の姿を思い浮かべていました。

発生から二日後だったと思いますが、国鉄が、新潟の手前まで行くことを知り、同郷の友人数人と列車に乗り込みました。下宿のご好意で、食料と、一升瓶に水道水をつめ、悲壮な覚悟で向かったことを覚えています。新潟の手前で降ろされ二駅程歩き、友人の家や、ご近所の瓦礫、水浸しの家財、寝具等の処理を手伝い、ようやくたどり着いたのが市の中心につながる万代橋です。他の橋は二つ、三つに折れて、沈没の有様でした。

掲載の写真は、この時の橋上の写真と、現在の万代橋と、崩れ落ちた昭和の大橋の写真です。全員、何とか街に着いた安堵感と疲労、不安で複雑な顔です。背景の黒い雲は、昭和石油のタンクの爆発の残影です。

長い道のりを漸く家にたどり着くと、幸い、我が家は、塀の崩れと、壁のヒビ程度で、母と弟が、「何でわざわざ帰ってきたの」と迎えたときには、真に腹立たしくも嬉しかった様に記憶しています。しかし、近所でも、断層のためか、一定の方向に何軒かの家が全壊しており、災害時の運、不運が紙一重であることも見せ付けられました。

先日のクラス会で友人が「加藤、あの時皆で助けてくれたこと忘れなぞ」と言ってくれ、半世紀前の「ふれあい」がよみがえりました。以上、ふれあいの会の異人会をきっかけとして、故郷の紹介をさせていただきました。 加藤



筆者左から2人目。万代橋上



現在の万代橋



竣工1か月で折れて水没した昭和の大橋

円海山歩く会



2月の計画 集合場所:奥座公園 出発時間:午後1時半(雨天中止)

☆2月1日(月)ゆづり比較的近いコースを歩きます。約1時間半

奥座~関谷奥見晴台~自然観察センター~市境広場~関ヶ谷

☆2月19日(金)緑地内のハイキングコースを楽しみます。約2時間半

奥座~緑道~原宿六浦線~朝比奈口~熊野神社~朝比奈口~関ヶ谷

コースは変更される場合もあります。

☆3月7日(月) 奥座~動物園裏~金沢自然公園散策(梅)~関ヶ谷

※ 履物、飲み物、雨具などは自己判断でご準備下さい。連絡先:野呂

歩く会第112回

府中市郷土の森博物館 2月23日(火)、雨天時 中止 文庫駅(9時10分)集合

春の兆しを感じる梅を満喫しに行きませんか。府中市の花となっている梅を「府中市郷土の森博物館」に尋ねます。園内には、早咲きから遅咲きまで約60種1100本が咲き誇ります。また、旧府中町役場など復元建物8棟を移築・復元した建物があったり、観光物産館で地元野菜などが販売されていたり、博物館では府中の歴史を学ぶ常設展示会場もあって、変化に富み梅以外でも楽しめます。(山本)

【コース概要】
金沢文庫駅集合9:10、9:16発(青砥行き快特)⇒横浜駅9:32着・9:38発(JR総武線快速・成田行)⇒武蔵小杉駅9:50着・10:03発(JR南武線・立川行)⇒分倍河原駅10:37着・バス10:50発(郷土の森総合体育館行)⇒府中市郷土の森博物館10:57着
入園散策(約3時間)

【開催要領】
日時:2月23日(火曜日)。雨天の場合は中止します。集合は金沢文庫駅セブンイレブン前9時10分。
予報が雨の場合、前日に電話でご連絡します。
参加費用:参加費100円と各自負担の交通費1,840円と入園料200円(30名以上だと160円)
各自持参:昼食、飲み物、敷物、雨具、(Pasmo・SuicaなどのICカードがあると乗換等便利です)
注意事項:参加当日の健康状態は自己責任でご判断ください。
参加申し込み締め切り:2月19日(金)

参加申し込みは、下記用紙に氏名・電話(なるべく携帯電話番号)、ブロック番号を記入して用紙を切り離して自治会館「郵便受け」に投函または、下記用紙の記入事項を記載してメールしてください。
連絡先:山本

歩く会第112回(府中市郷土の森博物館 梅林)参加いたします。申し込み日 月 日

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____