

会報 ふれあい

平成26年10月1日

第177号

発行 せきがやふれあいの会

※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(TEL784-4447)。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。

＜網戸の張替えについて＞

簡単修理事例



網戸の張替えの相談が何件か寄せられています。残念ながら現在張替えは行っていませんが、ご自分でやってみようとお考えの方に、いくつかの注意点について述べたいと思います。

- 現在の網の押さえゴムを外し、新しい押さえゴムを準備します。押さえゴムの太さは5種類ありますので、取り外したゴムを店頭に見比べて同じサイズのものを購入します。ただ、古くなったゴムは細くなってしまっている場合が多いのでやや太めを選んだほうが無難です。
- 網をサッシの溝にはめ込み固定するにはこの押さえゴムを入れる専用のローラーを準備します。(写真1)
- 張替え用のネットも網目の細かさで5種類(18～30メッシュ)あり、数字が大きいほど網目が細かくなります。これも今まで使用していた網を店頭に見比べて比較すれば確実です。
- 網の色や材質によっても機能の異なるものがあります。グレーよりブラックの網のほうが室内から外がよく見えます。材質によってより丈夫なものも選択できます。
- 張替えの際にサッシの枠外にはみ出た網をカッターで切り取りますが、専用のカッターを使用すればより簡単かつ安全です。(写真2)(坂口)



(写真1)



(写真2)



「喫茶ふれあい」

9月10日に喫茶「ふれあい」を開催しました。この機会を利用してわれわれ【25地区】のご近所の集いを行いました。出席は合計30名、うち15名が25地区の方々でした。

地区の集いは、予想していた人数より多くの方が参加し、お茶を飲みながら楽しくおしゃべりすることができました。

ご近所の集い

歳を重ね高齢になっても元気で生活するには何が大切か・・・お隣のお宅の敷地内に怪しげな行動をとる不審者がいた・・・オレオレ詐欺・振り込み詐欺と思われる電話があった・・・などの対応策についての情報交換ができました。今後も安全で安心して生活できる環境を作るためには、正しい認識とお互いの助け合いが大切ですね。 山下



ちびっ子の皆さん、あの暑かった夏が懐かしいに思えるくらいに、朝晩気温が下がり、日中も過ごし易くなってきました。でも油断は禁物です、風邪など引かないように気をつけてください。まさに行楽のシーズン到来というところでしょうか？ いろいろとお出かけの計画などされておられると思いますが、今月は2回イベントがありますので、1回はご参加なさってみてください。新しいお友達とも出会えるかもしれません。スタッフ一同お待ちしております。(深見)

日時:10月10日、24日(金) 10:00～11:30 場所:自治会館 1階 (TEL784-4447)

第41回「ふれあいティータイム」 (音と映像による 懐かしの映画音楽 第5集)

懐かしい映画音楽を聞くと、その映画の事、その映画を見た時の事、その曲を聞いていた頃の事・・・が自然に思い出されます。今回は約150曲のオリジナル演奏曲(昔のあの音)と一部の映画音楽には画質の良い名場面を用意しました。思い出の曲をリクエストして下さい。



日時:10月31日(金) 午後1時半～3時半
場所:自治会館1階 会費:無料
※申し込み不要(当日自由にお越し下さい。)
問合せ先:久松 野呂

主な映画

エデンの東、カサブランカ、第三の男、誇り高き男、シェーン、帰らざる河、黄金の腕、卒業、太陽がいつばい、慕情、旅情、ピクニック、朝な夕なに、愛情物語、南太平洋、戦場にかける橋、ウエストサイド物語、ティファニーで朝食を、タイタニック、喜びも悲しみも幾年月、君の名は 他

紅花会

第15回紅花会(認知症の人と家族の会)の集い

介護で困っていることアンケート結果では、同じことを何度も聞かれる、目が離せない火の不始末、徘徊への対応、興奮を鎮めるのが大変、その他の順になっていますが、徘徊に関連することが多いです。時々認知症の方かなと思われる人をお見かけします。例えば、焦点の合わない険しい表情やポーとした表情をして歩いている。きょろきょろしながら同じ所を行ったり来たりしている。スリッパで歩いているなどです。迷っているらしい人を見かけたら、優しく どうかしましたかとか、お困りですかと 声をかけ、名前や住所などをたずね、困った時は警察へ連絡して下さい。出来れば一杯のお茶や水を飲ませてあげて下さい。 関ヶ谷では、優しく見守って下さる人達の話をよく聞きます。認知症の人に聞かずに、お隣近所若くても、歳をとっていても、見守りあい、さりげない支援の手が差し伸べられ、気持ちよく受けられるような地域になるといいですね。

日時:平成26年10月11日(土) 午後1時～午後3時
会場:西金沢地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
会費:無料(お茶とお菓子を用意しています) 問い合わせ先:中山



「ふれあい男の夕食会(第18回)」のご案内

男の夕食会も回を重ねて18回となりました。10年目に入ります。男だけが夕方集い、夕食をとり、適度のアルコールをたしなみながら、ワイワイガヤガヤと懇談するバイキング形式の夕食会です。料理も男(一部有志)だけでつくりまします。参加者は過去の実績では20人～30人です。

日時:10月30日(木) 5時～2時間30分程度
場所:関ヶ谷自治会館(調理:コミュニティハウス厨房、午後1:00集合)
会費:1200円 ※参加申込み方法:下記の(1)(2)のいずれかで。

- 下記用紙の事項を電子メールで送る。
- 下記申込み用紙を自治会館ポストに投函する。

参加申込締切:10月22日(水) 世話役:荒木

お名前	ブロック番号	Eメールアドレス(あれば)	料理作り参加
			有 無

緑道さんぽ

和紙の話

今でも紙(和紙)は高価な品物です。その昔、紫式部は藤原道長から多量の紙(料紙)を贈られ、これで『源氏物語』を書いたと言われます。どんな優秀な天才作家と言っても、紙がなければ作品を書くことも不可能でした。

金沢北条氏は、貞顕の時に絶頂期を迎え、名寺は苑池と七堂伽藍が整備されました。貞顕が使った紙は、当時としても最高級の紙で、当時この紙に匹敵する紙は後醍醐天皇が使用していた紙と言われます。貞顕の紙は楮紙(陸奥紙)・引合紙・杉原紙で、どれも品質の優れた紙です。楮紙(楮の紙)の紙漉では、質(質子)で原料を揃って最後に水を捨てる「流し漉き」をします。捨て水をせずに、暫くじっと質を水平にした後、水分が滴り任せるのを「半流し漉き」、『溜め漉き』と言います。『半流し漉き』で漉いた紙は厚く、白く(乳白色)で、しほ(質目)があるのが特徴です。楮の皮を蒸して剥いで白皮だけにし、川晒しを何度もし、ゴミ(芽や枝の跡、傷など)を取り除きます。



秋の分の、方丈の御小袖を、未だ進ませ候へざりける。浅ましく候て、進ませ候。この由を申させ候ふべく候。あなかし。 称名寺蔵・金沢文庫保管

金沢北条氏の所領から年貢として納められ、また購入もし、贈物として集積された紙(料紙)の内、最高品は幕府の要人や称名寺長老御阿への贈物とし、また貞顕自身や夫人・一族の女性達が使い、その次のランクの紙は家臣や称名寺の僧達が使い、更にランクの落ちる紙や雑紙は所領の管理・運営に当たる代官僧が使っています。このような最高級紙を貞顕は惜しげもなく使っています。今なら電話・携帯電話・メールなどで会話・連絡ができますが、当時は使者が直接相手の所に行かなければ、どうしてもなかなかの事です。「今日の都合、どう？」なんていう用件でも、最高級紙に貞顕は数文字だけを書いて送っています。何という贅沢でしょう。

相川

円海山歩く会

10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)

- ★10月6日(月) ゆっくり比較的近いコースを歩きます。 約1時間半
奥座～ひょうたん池～大丸山～関ヶ谷奥見晴台～奥座 トイレ無し
- ★10月17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～動物園裏～なばな休憩所～水取沢農業道路～ファミリー牧場～のはな館～関ヶ谷 ◎トイレ
- ★11月3日(月) ゆっくり比較的近いコースを歩きます。 約1時間半
奥座～関ヶ谷奥見晴台～自然観察センター◎～アキアカネの丘～市境広場～関ヶ谷

※履物、飲み物、雨具など自己責任でご準備下さい。経路は変更になる場合があります。 野呂

歩く会第99回

これまで2度実施した三浦半島を半分位横切って海に出る、少し長距離を歩く企画です。

昨年は、10月に関ヶ谷から北鎌倉経由で由比ヶ浜まで歩きましたが、今回は関ヶ谷から瑞泉寺を通り、返子ハイランドを抜け、この時期に限定公開されているまんだら堂を見た後、小坪海岸まで歩きます。(野呂)

「集合場所は「草舞台公園」(出発時間:午前10時00分)です。

《コース概要》
草舞台公園・あずま屋(10:00)・・・市境広場・・・瑞泉寺◎・・・鎌倉宮◎・・・報国寺入口・・・田華頂宮邸(月曜休館)・・・ハイランド公園◎(昼食)・・・まんだら堂(水曜日非公開)・・・小坪◎
小坪から新返子行きバス利用
※返子解散(買い物や散策をお楽しみください)
※◎はトイレのある所です。歩行時間 約4時間半。
〔街中を歩くときは、車に十分ご注意ください。〕

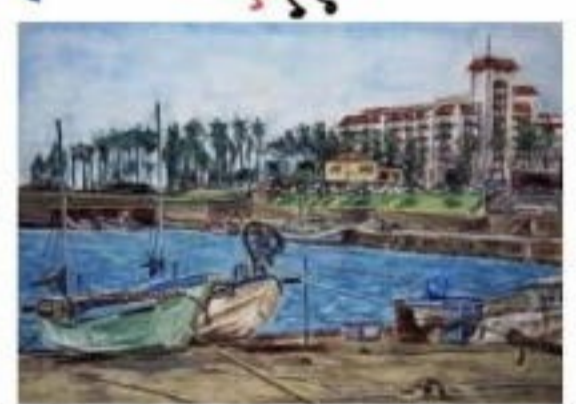
日時:10月27日(月曜日)、雨天の場合は10月29日(水曜日)
※29日の場合まんだら堂公開無し
参加費用:参加費100円及び各自負担の交通費395円。
各自持参:弁当・飲み物・数物・雨具など。歩きやすい靴でご参加ください。
注意事項:参加当日の健康状態は自己責任で判断してください。(少し長いコースです)

参加申込みは、下記用紙に氏名・電話番号・ブロック番号を記入して切り取り自治会館の郵便受けに入れるか、下記用紙の記載事項を入れてメールしてください。

参加申込締切は10月20日(月)とします。尚、連絡先は野呂です。

歩く会第99回(まんだら堂～小坪)に参加します。 申込日 月 日
①10月27日(月)参加 ②10月29日(水)参加 ③何れの場合でも参加

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____



小坪 返子マリーナ



まんだら堂 やぐら群