

会報 ふれあい

第149号

平成24年6月1日

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は、送迎可能ですので事前に自治会館にお申し込み下さい。

簡単修理事例

ワンレバータイプの混合栓(写真参照)の水漏れ修理の依頼がありました。混合栓は温水と冷水を複雑な水路で切り替える仕組みになっているので、分解修理することはあまりしません。(そっくり取り替えるしかありません)



ふれあいの会会員では作業が困難と判断し、業者への依頼をお勧めしました。

なお、混合栓の値段は1万円以上(要調査)します。また、取り付けは専門業者に依頼するのが良いと思います(作業費要)。(専門家に頼むべきかどうかの判断、頼んだ場合の料金、依頼先などお調べすることもできます。実質の作業が伴わない時は無料です) 坂口

第22回「ふれあいティータイム」

歌声喫茶「ともしび」第3回

新宿の「ともしび」が毎年、上野公園の音楽堂で行っている「大うたごえ喫茶」のDVDを使って、懐かしい歌声喫茶の雰囲気味わっていただくというもので、第3回目となりました。

皆さんのリクエストに応じて選曲いたします。収録曲は、前回人気のあったロシアの歌メドレー(カチューシャ、仕事の歌など)「愛の讃歌」「あさみの歌」など約180曲。

日時: 6月25日(月) 午後1時30分～午後3時30分
場所: 自治会館1階
申し込み不要 会費: 無料
問い合わせ先: 荒木



ご近所の集い

【10地区】～息子の日記より～ 土曜日にご近所の集いではなむしろ公園に花見に行きました。14人くらい来ました。さくらはちっちゃいけど、チューリップがさっていました。まずかんぱいをして自こしようかをしました。一人一人の話が長くてなかなかほくの番が回ってきませんでした。ようやく回ってきまはしゆみを話しました。その後みんなで「ふるさと」を歌いました。おばさんが「山がわらっている」と言いました。山を見て本当だと思いました。 半澤

円海山歩く会

6月の計画 集合場所: 奥座公園 出発時間: 午後3時 (雨天中止)

☆6月11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～動物園裏～遊水池～なばな休憩所～おもしろ自然林～のはな館～関ヶ谷

☆6月28日(木) 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～ひょうたん池～清戸の広場～遊水池上トンネル～動物園裏～奥座

※出発時間がサマータイムになりました、お気をつけ下さい。 野呂



ほたるの季節になりました。 ほたる観察会

自己責任で行動してください。

自然観察センターのレンジャーから紙芝居で説明してもらった後、ゲンジボタル・ヘイケボタルの乱舞を見て回ります。帰りは真っ暗な裏山を歩くことになります。ご家族だけでは中々出来ない経験だと思いますので、この機会に是非ご家族連れでの参加をお勧めいたします。

観察場所: 横浜自然観察の森
日時: 6月16日(土) (小雨決行)
集合場所: 奥座公園ブランコ前 出発時間: 午後6:30
携帯品: 懐中電灯(観察現場では消灯の事)、手袋、携帯電話、足元がぬかるんでいる事が考えられます、滑りにくい靴でご参加ください。(場合により雨具)
※お子様のみのご参加はご遠慮下さい。 問い合わせ: 戸次

紅花会 報告 第5回紅花会 H24.4.23

今回は新しく2家族の方が加わられました。いつ急変するかわからない体の病氣も持っておられる方の場合、ショートステイを断られる等、身につまされるお話を伺いました。

又終末期をどう迎えるか。認知症の人は発病、精神症状多出、身体的症状合併期、終末期(寝たきり、口から食べ物をとらなくなる、痰がからみやすくなる)となっていくのですが、その身体的変化は、普通の高齢者に比べて早いので、看取りを施設でと考えている方は入居の際に看取りまでしてもらえるかどうか確認しておくことが大事です。

在宅という方は、少しでも好きなものを、ゼリー状などにして口からとるよう、雰囲気あげる心くばりを。 脳が指示を出していないのに、胃ろうなどで延命するのは体への負担が大きいだけのようです。自然の流れに沿ってあげるのが・・・等々

紅花会に参加されなくても介護している方、お気軽にお電話下さい。 中山

新しいサークル 麻雀で憩いのひと時と親睦の輪を

麻雀は頭の体操とボケ防止に効果的

関ヶ谷健康麻雀クラブ(仮称)設立説明会を開催します。

※クラブ概要
*会員 関ヶ谷自治会員の皆様
*活動 月1回又は2回
*場所 西金沢地域ケアプラザ
*運営 大会方式(4回戦の結果で表彰 優勝から最下位賞、女性賞まで多数ご用意の予定)
※詳しいことは説明会当日に行います。麻雀愛好家の多数のご参加をお待ちしています。

日時: 6月20日(水) 13:30より
場所: 関ヶ谷自治会館 1階会議室
発起人: 依田、篠、徳岡、久松 連絡先: 依田

ちびっ子の集い

ちびっ子の皆さんお元気ですか? 山や野は若葉・青葉が茂り、色々な花が咲きみだれとても過ごしやすくなりました。今年初めて参加された方もおられます。一度、参加してみようと考えておられる方、特に一人っ子のお子様をお持ちのお母様方、是非お子様と一緒に顔を見せてください。きっと、いい出会いがあるかもしれません。(深見)

日時: 6月8日(金)、22日(金) 10:00～11:30 場所: 自治会館 1階 (TEL784-4447)

想い出の地 私のアルプス登山記

忘れもしない1971年ニクソン・ドクトリンの8月15日の私は、イタリアの北の町イブレアにいた。イブレアという町はフランスのシャモニーにモンブランのトンネルを通り昼飯を食べに行けるくらい国境に近い、すなわちアルプスの山々はすぐそばにあるということになる。この時期、アルプスが見える方向の会社の大きな窓からは、ただ白い雲が見えるだけである。

9月の金曜日親しくなったカルドネットとボルジーニが明日山に行くという、アルプスに登るのだ。同行することになり翌日の土曜日の朝早くサンドイッチを買い弁当として持っていく。車はボルジーニが運転する。彼は運動神経抜群で運転中に時々4輪の左側を浮かして右側2輪だけで運転して見せてくれる。一方カルドネットはローマ生まれで、容貌がイエスキリストに似ている。スペイン人はラリジャと呼んだ。日本語ではひょうきん族だろう。車で山の麓まで1時間もかからない、なんという山に登ると聞いたが、二人とも名前が知らないという。アルプスには遠いので、うれしくてこんなことを気にしない。麓から2時間も登ったところで休憩し昼食にしようということになった。空気は冷たく太陽は暖かく透明感に満ちた景色の中にある。そよ風が吹かない最高の気分であった。食後、素晴らしい空気の中で昼寝する。1時間も休憩しただろうか、3人とも気持ちよく目覚めて、私がいざ行くよという2人ともどこに行くんだという。登って頂上に行くんだらうというとなぜだと言われた。こんな素晴らしい景色と空気のなかに行けば十分だという。2時間は歩いているので、運動も十分である登山家でもないのに苦勞して頂上なんかに行く必要はないと言われた。私は有名無名は問わずアルプスの山頂には行ってみたいのだが、とてもそれを主張して2人が同意する雰囲気はかけらもなかった。それ以来1年近くもアルプスのそばにいたのに頂上に登ることはなかった。いつも中腹か麓止まりであった。有名でもなく頂上でなくても十分楽しめることは体験できた。



8月ヨーロッパでは2、3週間の夏期休暇になる。人々は仕事を住居を離れて旅行をする。それぞれ好きなところに行く。有名どころ頂上のみを目指すのではない。こんなに大多数の人が同じ時期にヨーロッパ中を旅しても、有名どころまた頂上のみを目指していないため、それほどの交通渋滞も観光地での混雑もないようであった。

翌年の3月、無風に近い毎日であったのに、ある日突然強い風が吹き落ち葉が風の軌道に竜のように巻き上がる。すべての落ち葉が風に舞う映画でよく見た光景であった。翌日いつも雲が霧であったアルプスの山々が突然現れた。 萩尾



同郷の集い 第3回宮城県集い

東日本大震災から1年余り経過して、少しずつではありますが復興している郷土の様子を我々の心に力強く感じられます。前回好評であった「ずんだ餅」を有志で作り、それを昼食にほうばりながら、語らいの時を過ごしたいと思います。宮城県生まれの方、転勤等で住んだことのある方、更に「ずんだ餅」に郷愁を感じる近県の方の参加を歓迎いたします。

なお、準備の関係から参加される方は事前に申し込みをお願い致します。又「ずんだ餅作成に協力を頂ける方は、当日11時までに自治会館に参集をお願い致します。

日時: 7月2日(月)12時～ 場所: 自治会館1F会議室
会費: 500円 申し込み先: 高橋

包丁研ぎます

ご自宅の包丁の切れ味はいかがですか? 包丁が切れると調理が一層楽しくなります。ふれあいの精鋭メンバーが切れ味をよみがえらせます。事前の申し込みは不要です。下記の要領で自治会館にお持ちください。

日時: 6月22日(金) 午後1時～2時の間にお持ちください。
場所: 自治会館1階 会議室
お渡し: 午後4時～4時半 問合せ先: 荒木
料金: 1本200円(一人3本まで) ※ご自分の包丁に記名してお持ちください。

歩く会第75回

グルメシティ発のバスハイクです

今回は入笠山(長野県、富士見市 標高1995m)を目指します。

『花の百名山』入笠山(ニューカサヤマ)へは、ゴンドラで約10分、一気に1780m地点に着くと入笠山野草公園があり、四季折々の花々や手つかずの自然を満喫できる自然の宝庫です。この季節(7月末～8月初旬)にはヤナギラン、シモツケ、クガイソウ、ハクサンフウロ、ツリガネニンジン等沢山の山野草を見ることが出来ます。また、入笠山山頂からは富士山をはじめ南・中央・北アルプスまでを見渡すことができ、深田久弥の「日本百名山」のうち22山を見ることが出来ます。360度のパノラマをお楽しみください。(野々山)コース:

関ヶ谷5:50集合6:00出発→諏訪南IC→富士見パノラマ台P→ロープウェイ山頂駅・・・入笠温泉・・・(昼食)・・・入笠山山頂・・・ロープウェイ山頂駅→富士見パノラマP→道の駅葛木宿(つたの湯)→小淵沢IC→関ヶ谷

帰着は午後9時頃を予定していますが、道路事情により遅くなる場合があります。
※コースに関するコメント: 歩行時間約3時間、山頂へはきつい登りが少しあります。一部歩きにくい箇所がありますので、底のしっかりした靴をご用意下さい。

1. 日時: 8月1日(水)雨天決行(雨天の場合はコースを変更致します。)
2. 募集人員: 49名(最少催行人数は35名。申し込み多数の場合は抽選。)
3. 参加費: 概算5,500円(バス代、ゴンドラリフト、資料代など、入浴代600円は希望者のみ別途)。確定額は後日参加者にお知らせします。
注①: 参加費は前払いとなります。お支払い方法については後日お知らせします。
注②: 貸切バス利用のため、参加費支払以降のキャンセルの場合、参加費の返却は致しません。
4. 各人持参: 昼食・飲み物・お菓子など・数物・防寒具・雨具(傘以外)、あればストック、入浴タオルなど。

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、自治会館のポストに入れて下さい。
参加申込: 締切は6月15日(金) ※今回は定員オーバーの場合全員抽選です。
今回はメール受付なしです。 尚、連絡先は①野呂 ②野々山

歩く会第75回(入笠山バスハイク)参加いたします。 申込日 月 日
※今回は定員オーバーの場合全員抽選です。

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____