

# 会報 ふれあい

第140号

平成23年9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。なお、草取りは当分のあいだ中止いたします。

## 第16回「ふれあいティータイム」 歌声喫茶「ともしび」

歌声喫茶発祥の店、新宿の「ともしび」では、毎年春に上野公園の音楽堂で、全国からファン約1000人を集め、大うたごえ喫茶を行っています。これのDVDをここ3年分入手しました(約150曲)。曲目・曲種は歌声喫茶発祥のころ流行した「北上夜曲」、いろいろなロシアの歌から、最近の、例えば「千の風になって」、更には演歌「北国の春」などいろいろです。このDVDを用いて、「ともしび」の雰囲気を感じてみませんか。(荒木)

日時：9月21日(水) 午後1時30分～午後4時  
場所：自治会館1階  
申し込み不要 会費：無料



## 円海山歩く会

9月の計画 集合場所:奥座公園 出発時間:午後3時(雨天中止)

☆9月12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～(ビートルズトレイル)～おおやと休憩所～遊水池～動物園裏～奥座

☆9月23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～関ヶ谷見晴台～みずきの見晴台～横浜自然観察の森一周◎～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。 ◎トイレ



## 楽しかった納涼大会

ソーランをおどるのが楽しみ!!

休みに実家に来て初めてお祭りに来ました。お盆が良いです。井上(村上)

フランスから知り合いが来ています。新村

初めての祭りは C'est fantastique!

毎年参加していますが、年々人が増えているような気がします。にぎやかになってとても楽しいと思います。古藤

孫が楽しみにしています。ご近所の皆様ともお会いできて納涼の夕べが満喫です。岡部

毎年楽しみにしています。年々とても楽しくなっている気がします。小林・柳(渋谷)



## 紅花会

## 紅花会(認知症の人と家族の会)のご報告

今回(7月26日)初めて参加のご家族がいっぱや、各自それぞれの状況を忌憚なく話して、そうなのよねー、症状は違っても皆同じ思いをしているのよねーと共通意識が持て、平気で打ち明けられる会になって来たように思います。大体男性、女性半々の参加です。認知症の症状が出ているのに受診してくれない(介護サービスを受けられない)、介護認定を受けてもデイサービスやショートステイに行くのを嫌がる等、対応に苦慮しているご家族の方、ぜひ参加してみませんか? 次回は10月17日(月)に予定しています。

## 2011年 世界アルツハイマーデー記念講演会のお報せ

「認知症になっても地域に住み続けられるように」～ 介護の今、昔、そして未来～  
日時：9月23日(金) 13:00～15:00  
会場：県民共済プラザビル 1F みらいホール  
お問い合わせは、中山まで  
講師：樋口 恵子 評論家:「高齢社会をよくする女性の会」理事長  
※先着300名で断られる場合があります。(認知症の人と家族の会神奈川県支部主催)

## ホタルの里親募集 1000頭のホタルを関ヶ谷市民の森に

今日までに数百頭のホタルをホタルの里に生息させ、毎年6、7月数十のホタルの点滅を楽しんできました。来年は数百のホタルの幽玄な光を近所で見たいと計画しています。現存の数百のホタルを数千頭にする幼虫飼育をしてみませんか。ホタルの光が好きであれば、初めての方歓迎です。(戸次)

申し込みは萩尾宛9月15日迄電話またはEメールで連絡ください。  
萩尾

9月のちびっ子集まれば、ありません。10月にお待ちしています。



楽しかったワン片山ルル



## 緑道さんぽ

### 「らん」に魅せられて

アートフラワーをいかにしたら生のカトレアに似せたものが出るか、と試行錯誤の結果思うようにならず、それなら生の「らん」を育てる方がよいのではと思い始めたのがきっかけです。

全く手探りの状態で本を見ながら失敗の繰り返しでしたが、横浜園友会に入会してから毎月例会に出席し、美しい花、珍しい花、香りの良い花、と会員の出品作を見せられ、すっかり虜になってしまいました。

今は、朝起床と同時に一通りらん鉢を見てから新聞を取り、夜は懐中電灯を照らしながら『ナメクジ』退治をしてから床に就く毎日です。でも、思いがけず立派に咲いてくれますと自画自賛、先ずはカメラで写しています。でもそろそろ体力の衰えを感じる今、いつまで続けていけるかと思う今日此の頃です。蓬台



パフィオペディラム (ロスチャイルディアナム)

### 冷蔵庫が壊れた!?

我家の冷蔵庫から、突然氷が解け始めました。

さあ、大変、なぜか冷蔵庫は真夏に壊れる!・・・庫内の電気がついているのに、どうなっているのか、とコンセントを差し替えてみました。

一晩置いてみると、冷凍庫内は再凍結しているものの、冷蔵室がなぜか冷えていない。つい先日買ったばかりなのに・・・と思い、取り説を探し出してみると、1999年9月に購入となっている。早くも12年経過していました。修理代も高いしと、先ずはパソコンで冷蔵庫の値段をチェック、近隣の電気店の広告もチェック、買い替えた方が早いとほぼ決めたけれど、20年使っている家もある事だと思い直しました。

・・・待てよ、若しかしたら一昨年の自治会館の冷蔵庫と同じかも、と電機メーカーの相談部門に電話してみると、2時間電気を切って、再び通電してください、それで回復しなければ、修理なり買い替えなりを考えてみては、との事でした。若しかして、があたったようです。直りました。

会館の冷蔵庫は一昨年冷えなくなり、冷凍庫にかなりの霜がついていました。原因は、扉がちゃんと締まらなかった為のようで、当時の役員さんが冷蔵庫の電源を切って完全に霜取りをされたら回復し、今だ現役で働いています。

そういえば我家の冷蔵庫も1ヶ月以上前に霜が付いていたことがあり、その後自然に霜がなくなったので、忘れていました。(扉が少し開いていました)

若しかしたら皆様の家の冷蔵庫で同じような現象が起きたら、試してみる価値があるかも知れません。冷蔵庫の冷える原理?は冷凍庫からの冷風が冷蔵庫に流れるようで、霜がついてしまうと、流れる穴が塞がり、冷蔵庫が冷えなくなるとの事です。(野々山)



## ワンポイントレッスン

### 花瓶の水の入れ過ぎに注意!

この季節、花瓶の花はすぐにしおれてしまいます。皆さん、花瓶に水を入れ過ぎていませんか? 切り口が水に浸かっていると大丈夫なので、必要以上の水を入れるのは、水を腐らせる原因になります。なお、水を腐りにくくするために漂白剤を少し入れることも有効です。

## 同僚の集い

会報139号で、岩手・宮城・福島の集いの報告原稿をお寄せ頂いたのは、高橋 さんでした。お詫びして訂正させていただきます。



## 歩く会第67回

### グルメシティ発のバスハイクです

今年も猛暑の夏でした。日本の気候は有り難いことに次は涼しく爽やかな秋が巡って来ます。秋のバスハイクは甲府の「昇仙峡」です。パンフレットによれば、「全国観光地百選」の「渓谷の部」で第1位、また「平成百景選」でも第2位だそうです。とにかく奇岩・怪石が沢山あり名前が付いている岩が20ほどあります。その渓谷沿いは紅葉の名所でもあります。行程の最初はロープウェイでパノラマ台に昇り、そこから羅漢寺山の頂上まで少し登ります。山頂の360度の眺望は素晴らしく、秩父連山・ハケ岳・南アルプス・富士山まで展望することができます。ロープウェイを降りた後は渓谷の紅葉を見ながら下ります。(小西)

《コース概要》  
グルメシティ発(7:00)→東名高速→中央道→甲府昭和IC→ロープウェイ乗り場→パノラマ台→羅漢寺山→ロープウェイ→仙娥滝→渓谷を歩く→昇仙峡入り口(長潭橋)→ほったらかし温泉(日の入り入浴) or 笛吹川フルーツパーク→御坂IC→中央道→東名高速→関ヶ谷 歩く距離は概ね5km 帰着は午後9時半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。※ほったらかし温泉:広い露天風呂の眼下には甲府盆地が広がり、天気良ければ富士山も望める。年間約45万人が訪れる人気温泉です。

1. 日時:11月10日(木) 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(最少催行人数の35名までは先着順、それ以降、申し込み多数の場合は抽選。)
3. 参加費:概算5,000円(バス、ロープウェイ、保険、資料代など)。入浴料700円(希望者) 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・敷物・上着・雨具(傘以外)、など。入浴希望者はタオル  
参加申込みは、下記用紙に記入して切り取り、自治会館の「申込み用紙」に入れて下さい。今回はメール受付無しです。  
参加申込: 開始9月12日(月)、締切は9月20日(火)とします。  
尚、連絡先は①野呂、②小西、③野々山 です。



歩く会第67回(昇仙峡)参加致します。 申込日 月 日

氏名 \_\_\_\_\_ ブロック \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

## 編集後記

皆様も日頃は節電の意識をもって過ごされていることと思います。我が家も電気使用量のお知らせが投函され、なんと昨年の8月分と比べ28%減少していると書かれていました。決して無理のない、できる範囲での節電でしたが、いかに今まで無駄なことをしていたことか、反省させられました。皆様の節電のパーセントは?? (鈴木)