

美しが丘地区社協だより

発行 美しが丘地区社会福祉協議会事務局 電話(045)901-3002



たまプラーザの桜

美しが丘地区社会福祉協議会は、美しが丘1、2、3丁目の各団体の代表および個人が参加して組織構成され、社会福祉活動を進めていく任意団体です。地域の皆さんが安全に安心して暮らせる街づくりを、福祉の面で支えて行きたいと願っています。

まちなか相談室事業 「いきいき健康サポート」報告

「82歳なのに、63歳だなんて この器械は壊れてる！」

1月24日(金)午前10時、「いきいき健康サポート」の体力測定を終え、看護師の中村さんから健康状態に太鼓判を押されたAさん。居合わせたコーディネーターに、半分得意気に、でもちよっぴり不満気に言った。



「82歳なのに、63歳だなんて、この器械は壊れてる！」と。

別に器械がおかしいわけではなく、Aさんが素晴らしく若い体力の持ち主であったことが証明されただけ。聞けばAさん、食事バランスよく食べ、

毎日の散歩も欠かさず、今でも懸垂20回位は軽いとのこと。

Aさんのような超健康優良爺?だけではなく「腰や膝が痛い」「血圧が高い」「動悸息切れがする」等など、健康不安を抱える方々が、毎月第4金曜日の午前中、「いきいき健康サポート」の会場を訪れます。

そして、現在の体力・健康状態を的確に把握し、看護師さんの適切なアドバイスを受けて、ちょっと安心して帰って行かれます。

今年度は、これまでに7回実施。

3月28日(金)10時~12時が最後になります。

26年度の予定は、改めてご案内いたします。



美しが丘地区社協主催

バス旅行参加者募集のお知らせ

毎年楽しみにされているバス旅行、今年は今人気の花のスポットを企画しました。



旅行日 **5月8日(木)**

行先 ・**ひたち海浜公園**(茨城県ひたちなか市)
450万本のライトブルーの可憐な花、ネモフィラが丘一面に広がる光景は圧巻です!
・**大洗パークホテル**(茨城県大洗町)
海と松林に囲まれた静かなホテルです。

募集 3月10日(月)から、定員になり次第締め切ります。

※ 詳細は掲示板等でお知らせしています。

美しが丘地区社協主催

ミニコンサートのお知らせ

溪なつきさんをお招きして『ミュージカルの花束パート2』を開催します。

溪さんは宝塚歌劇団、劇団四季を経て現在フリーで活躍中です。
日時 **6月20日(金)**
午後 3時半~6時半
会場 中部自治会館
入場料 500円
※ 詳細は掲示板等でお知らせします。



美しが丘地区社協主催 **お料理教室**

**「目でも楽しむ
おもてなし料理」の会報告**

去る 11 月 14 日(木)美しが丘地域ケアプラザに於いて、講師に寺岡淳美さん(専門調理師、薬膳マイスター)をお招きして開催いたしました。27 名の参加がありました。

メニューは

- ・じゃこご飯
- ・紅白真珠蒸し
- ・テリイヌ風

お洒落ポテト

- ・サーモンのおいしさ倍増

ハーブソルトサーモンサラダ

身近にある食材でも、ひと手間かける事で目先も変わり味覚・視覚ともに満足し、おもてなし料理にもなる事や健康によい食材・栄養について学び、若い方や男性も皆さん笑顔で舌鼓! 楽しいお料理教室となりました。



美しが丘社地区協主催 **個別支援学級特別授業**

「参加生徒の声を紹介します」

僕、美しが丘中学校の 1 年生。1 年から 3 年までの 6 人が 1 クラスの個別支援学級。2 月 4 日、僕たちは、調理室でパン作りの実習をやったんだ。先生はボランティアの濱本茜さんたち 8 人。先生が教えてくれた通りに、パン生地を伸ばして丸く広げて、ピーマンやチーズ、ベーコンなんかをトッピングしたんだよ。皆が「上手にできたね」って褒めてくれたんだ。嬉しくて涙が止まらなくなって、泣いちゃった。焼いたパンを皆で食べたんだけど、とっても美味しかったよ。またパン作りやりたいな。



《平成 25 年度に実施した支援授業内容》

華道・ペン習字・ヒップホップダンス・菜園体験(さつま芋苗植え、収穫など)・茶道・パン作り

自治会活動紹介 美しが丘一丁目南自治会

自治会長 中山恒夫

私たちの区域は長らく自治会の空白地区でしたが、松美自治会を吸収する形で平成 20 年 5 月に発足いたしました。

当地区の特徴は、「賃貸集合住宅が多く、戸建て住宅や分譲マンションは少ない」「たまプラーザ駅前通り商店会の半数近い店舗がある」ことです。

今回はこの特徴を活かした 3 つの活動をご紹介します。

まず、たまプラーザ駅前通り商店会、隣接する東急美しが丘ドエリング自治会に私どもを加えた“3 団体合同の取り組み”です。定期清掃(毎月第一、三、日曜日の午前 8:30~)、「落ち葉清掃」、商店会歩道の木製プランターへの花植え(年 2 回)、夏祭りでの出店、多摩川花火大会を眺めながらの納涼会、初日の出(東急美しが丘ドエリング屋上にて)など。活動後のサンデーカフェ(東急美しが丘ドエリング自治会)でのおしゃべりも楽しみです。

次に、“安全な通学路”への取り組みです。

区域の真ん中に道幅の狭い、見通しの悪い通学路があります。歩行者がいなくても車同士がすれ違うのに難儀するような状況です。しかし、子どもたちにとっては学校に通う最短ルートなので、何とか今のままのルートで安全が確保できるようにしたいと長年にわたって、根気強く提案交渉をしています。その結果、助言や後押しもいただいて次年度には対策が施せそうです。

最後は、当エリア No.1 の“ホームページ運営”です。賃貸集合住宅が多いことなどから回覧板がうまく回らないことがあるので、昨年ホームページを立ち上げました。メールマガジンにご登録いただいた方には毎月詳細情報を配信しています。以上、このような取り組みを通じて、地域住民/商店の相互扶助と交流を深めようと努力しています。

