

主な内容

- 高齢者サロン「楽々亭」 1P
- 2月の大雪 1P
- 総会報告 2P
- 1中コミセン管理運営に関する経費内訳 2P
- あれやこれや/私のたのしみ 3P
- 地域のわたい 3P
- 1中コミセン自主活動団体紹介 4P
- 心に残る思い出/部会たより 4P

# ふれあい

●発行所/ひたちなか市長堀町 3-4-1 (1中地区コミュニティセンター内) 電話 029-275-2671 ●発行責任者/大和田 敬治 ●編集/広報委員会

## 元気はつらつ! 高齢者サロン「楽々亭」

1中コミセンでは、昨年の8月に高齢者サロン「楽々亭」を開設しました。地域の中で、高齢者なら誰でも自由に参加できる仲間づくりの場所です。

じ かん：第1・3月曜日  
午前 10 時 00 分～ 12 時 30 分

ないよう：健康体操  
昔の歌を唄う会、折り紙教室、輪投げ大会  
ワンコイン (100 円) カレー食事会



昔の歌を唄う会

スタッフのギター演奏と司会のリードで、みんな大きな声で懐かしい曲を♪



元気アップ体操

インストラクターによる、脳トレとタオルを使った体操(^\_^)v.

- ☆ 気軽に会える仲間ができます
- ☆ 簡単な運動で元気になります
- ☆ 人と会って楽しい時間が過ごせます
- ☆ 外に出る機会が増えます



ワンコインカレー

体操で汗をかき、大きな声を出した後のカレーは格別!



### 2月の大雪



一中地区地域の  
ふれあいを広める会  
副会長 原 健三

あれは今年の2月、大雪が降った時のことでした。私と向かいのMさんと、圧雪状態の雪をかき集め、側溝に投げ捨てる作業をしていました。そこに裏のアパートの若い男性が車を乗り出して来たのですが、スリッパして思うように進めない様子でした。どこへ行こうとしているのかを聞いてみると、「雪かき用のスコップを買いに行く」と言いました。

間もなく戻って来た彼は、真新しいスコップを使って私たちの仲間に入り、汗をかきながら除雪作業を手伝ってくれたのです。おかげで作業は順調に進み、その後2時間ほどで終了しました。「こいつ、なかなか良い奴だなあ!」とうれしくなり、言葉を交わすようになりました。

今までは「アパートの人たちは自治会にも入ってくれないし・・・」とボヤいてばかりでしたが、今回のような非常時に一緒になって汗をかいてくれる人がアパートにもいることが分かり、少し見方が変わりました。

いつかまた、3年前のような大地震が来ても、周りの人たちと協力して上手く対応できそうなことを、教えてくれた大雪でした。

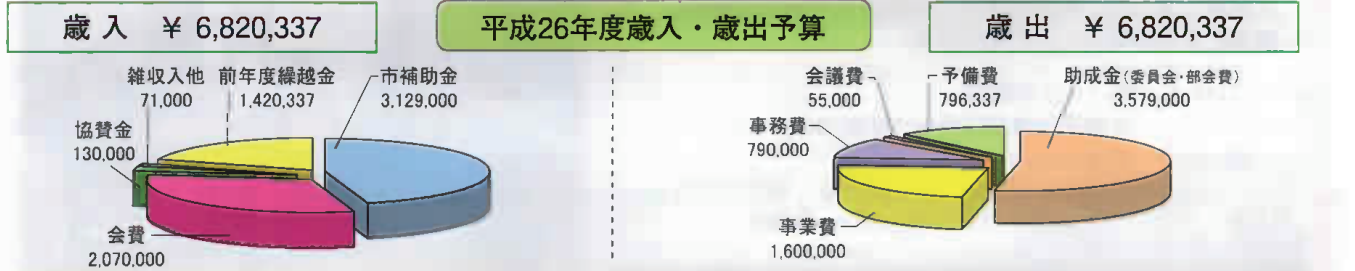


平成26年度 一中地区地域のふれあいを広める会

# 総会報告

4月27日、1中地区コミュニティセンターで、市長はじめ多くの来賓を迎え、代議員・役員など92人が出席し、平成26年度定期総会が開催され、審議したすべての案件は原案通り可決されました。また、永年にわたりコミュニティ活動に貢献された副会長の遠藤良子氏・理事の権瓶宏氏（大平自治会長）・理事の大島吉美氏（富士山自治会長）・理事の大栗清見氏（広報委員長）・理事の安正機氏（安全防災部会長）・理事の西野治氏（環境部会長）が退任され、感謝状が贈呈されました。

顧問 萩谷 寛・寺山 一郎 下村 修・遠藤 良子		一中地区地域のふれあいを広める会（本会）		本会予算 ￥3,241,337	
会長 大和田敬治	理事 13自治会長・3委員長・6部会長	事業 4/27 総会	11/8-9 コミュニティまつり	コミュニティまつり	
副会長 坂井 久彦	監事 大内 勝利・小松澤 勝雄	9/6 芸能音楽祭	随時 第20回秋季大運動会	ひたちなか市コミュニティ組織連絡協議会	
副会長 原 健三	事務局 川島 博・伊藤 昭子・菊池 喜代子	10/12 理事視察研修	随時 理事視察研修	那珂川グランド運営管理	
副会長 盛口 祥子		10/23-24	随時	各種会議・ホームページ運営など	

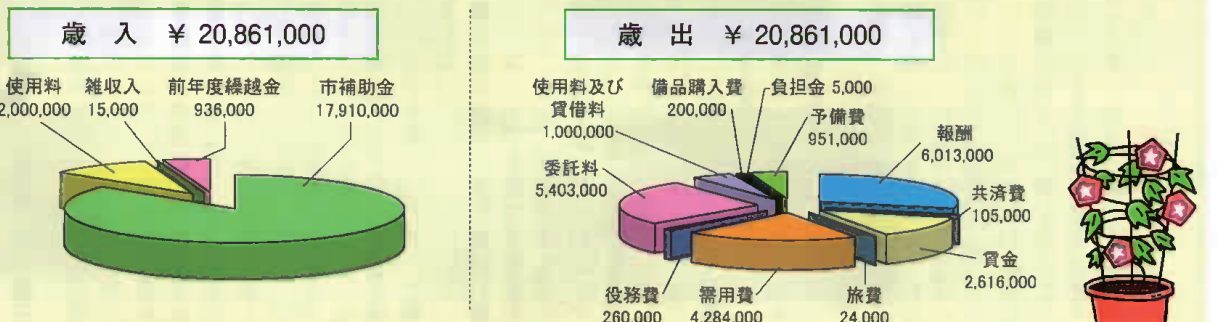


<p><b>地域部委員会</b> 事業費 ￥40,000 委員長 坂井 久彦</p> <p>事業 10/23-24 理事研修会 11/8-9 コミュニティまつり 随時 まちづくり市民会議・委員会など</p>	<p><b>実践部委員会</b> 事業費 ￥50,000 委員長 盛口 祥子</p> <p>事業 10/12 第20回一中地区秋季大運動会 11/8-9 コミュニティまつり 随時 交流会・委員会など</p>	<p><b>広報委員会</b> 事業費 ￥819,000 委員長 伊藤 昇</p> <p>事業 随時 広報紙(ふれあい)年3回発行 随時 取材・編集 5/21 デジカメ撮影研修会 9月 コミュニティまつりチラシ作成</p>
<p><b>体育部会</b> 事業費 ￥715,000 部会長 近藤 保夫</p> <p>事業 4/13 第38回ソフトボール大会 5/17 理事研修会 6/15 第11回三代交流レクリエーション大会 7/27 第10回ファミリーバトミントン大会 10/12 第20回一中地区秋季大運動会 10/26 第4回ヘルスパレーボール大会 3月 第16回ゴルフ大会</p>	<p><b>青少年部会</b> 事業費 ￥476,000 部会長 岡田 栄子</p> <p>事業 7/5 親子クリーン作戦「市教育の日」 7/26 三代ふれあいチャレンジ教室 1/10 まゆ玉づくり 1/31 親子ふれあいスキー</p> <p>参加事業 7/11 少年の主張大会 10月 青少年育成指導者研修 2月 健全な家庭づくり振興大会 年3回 一中学生健全育成の会</p>	<p><b>福祉部会</b> 事業費 ￥330,000 部会長 岡田 豊隆</p> <p>事業 6/8 子育てサロン(パパも参加) 7/1 視察研修 9/2 ふれあいの旅 10月 はまぎくまつり 月2回 特養老人ホーム「はまぎくの里」訪問 月1回 グループホーム「そよ風」折り紙指導</p> <p>子育てサロン 第1水曜日 おあしす@中根 第3水曜日 おあしす@金上 第4水曜日 おあしす@長堤</p>
<p><b>文化部会</b> 事業費 ￥440,000 部会長 盛口 祥子</p> <p>事業 5/29 移動研修会 9/6 芸能音楽祭 10月 コミュニティまつり企画 11/8-9 コミュニティまつり</p>	<p><b>安全防災部会</b> 事業費 ￥285,000 部会長 長岡 明美</p> <p>事業 6/13 視察研修 7月 交通事故防止啓発活動 9月 防犯・防災に関する事業 11月 交通事故防止啓発活動</p>	<p><b>環境部会</b> 事業費 ￥445,000 部会長 三浦 秀夫</p> <p>事業 5-10・2月 地区内巡視活動 6/4 自然環境に親しむ会(三代交流) 6・7・12月 地区内清掃 7/2 視察研修 9月 講演会 11/27 行政施設見学会</p>

※各委員会・部会の事業費は本会からの助成費と、その他の事業費を含めた総事業費を記載しています。  
 ※自治会ごとの事業内容は、各自治会からの案内をご覧ください。なお、各自治会長は以下の通りです。  
 尾曲 六郎(勝田駅前南) 川内 勝夫(三反田) 坂井 久彦(大成町) 重田 政之(西中根) 山田 俊(中根) 池田 聡(大平) 武石 利文(勝倉)  
 伊野 鼎(東中根団地) 土田 良春(富士山) 佐藤 定男(薬師台) 桑原 武夫(長松) 清水 進(金上) 原 健三(菅野)

## 1 中地区コミュニティセンター管理運営に関する経費内訳

平成26年度コミュニティセンターの管理運営に関する予算内訳は下図の通りです。



※ホームページ 見てねえ～ 検索の仕方は「一中地区 ふれあいを広める会」です。(一一)!!



# 私のたのしみ



**野菜を育てる喜び**  
勝田駅前南自治会  
横山 ゆう子さん

今までやってみたいと思っていたのになかなかできなかったことを、去年から思い切って始めることにしました。それは家庭菜園です。

近所の方に、農地を一区画借りることができました。今まで手伝い程度にはやったことがありましたが、一人でやるのは初めて!! マルチを張り、キュウリ・トマトなどの夏野菜を植え、支柱をやぐらに組んだときは、自分の作品ができあがったようで嬉しかったです。特に、キュウリは私の思いに添えてくれ、おそらくは200本以上を売らせてくれました。命をいただいていることへの感謝の気持ちが自然と湧き上がり、収穫の度に「ありがとう」とキュウリたちに話しかけました。スーパーで買って食すのとは全く違う喜びがありました。夏野菜のシーズンが終わり、収穫後の片付けは、大切な友だちと別れる寂しさがありました。

さて、また春が来て、夏野菜を植える時期になりました。「今年はどんな野菜たちとの出会いがあるだろう」野菜の成長を見守り、収穫の喜びを味わう季節がもうじき訪れようとしています。



## 地域に感謝して

池上自治会  
池堂 文子

「必ずどこへ帰ってくる」と、気分は宇宙艦艇ヤマトをBGMに大阪を旅立って5年前。転勤経験の豊富な友人に心配されて、泣きそうなき配りながら、主人の転勤を嘆きながら来たはずなのに...

大阪では考えられない経験です。そして、金上は季節ごとに様々な行事があり、世帯を超えて地域のつながりの深いところ。新鮮な野菜をいただいたり、農業体験ができた。子どもたちは地域の方に見守られて育っています。あの地震の時も食品やペットボトルを分けてくださり、井戸水も使わせていただきました。炊き出しも、ずっと心に残っています。



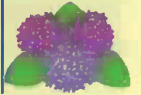
それから金上永住が家族の夢となり、また皆さんに助けていただいていた夢が叶いました。感謝の気持ちで一杯です。

平成2年定年退職。主任児童委員を拝命し、児童・生徒の非行防止活動や指導にあたりました。この間、市内に家庭内暴力問題や子ども虐待事件などがあり、マスコミに取り上げられたことがあった。「大人は子どもに優しく、真正面から接して欲しい」と訴えてきた。喫煙していたが、母がいたので、きつくないように吸っていたので注意できない」とのこと。何ともやりきれない気持ちになった。

また20年前から、市内の精神障がい者施設にボランティアとして、夕食作りなどに参加している。サワラの照り焼きが献立に出たとき利用者の一人から「これは何というお魚でどんな風にして料理したの」と尋ねられた。「今まで食べたことがなく美味しかった」とのこと。料理方法を説明し、また作ってあげると話すことに満足した様子だった。ボランティアとして喜ばしいひとときになった。

心に病をもっている方々ではあるが、それぞれに目標をもって生活しておられる。私たちが障がい者もそうでない人も共に支えあって生きていける、優しい地域社会の実現にかかわって欲しい」と訴え続けている。もう暫く頑張りたい」と目標を立てています。

# あれや・これや



## 主任児童委員活動とボランティア

中根自治会  
所 芳光

利用者の「コミセン西側駐車場は駐車区分がない(2台分を1台で占有している)等の意見から、ボランティアの協力を得て「トラロープ」を張り、駐車場所が一目でわかるようにしました。

乗用芝刈機無償貸与! 那珂川グラウンドの多目的広場(勝田橋付近)は一中地区の団体が無償で使用可能です。市内のスポートセンターのご厚意により、乗用芝刈機を無償で貸与いただいています。5月3日に有志約16人でグラウンドを整備しました。利用希望者は1中コミセンまで。



## 地域のわだい

### グラウンドゴルフ

大成町自治会

毎週金曜日の午前10時から、勝倉公園においてグラウンドゴルフを楽しんでいます。このスポーツはルールが簡単なため、いつでもどこでもだれでも手軽にプレーすることができます。現在は60歳から90歳の男女15人程で活動しています。

プレーする前に準備体操をしてから、それぞれ何組かに分かれてスタートします。自分で打数を数え、一喜一憂しながら回り総打数を競っています。打数の少ないほうが勝ち。休憩時間に皆で持ち寄った茶菓子を食べ、おしゃべりしながら楽しんでいきます。試合もあるので、体調管理に気を付けて暑い日も頑張っています。



### 子どもと地域をつなぐ廃品回収

三反田自治会 半田和美

私たち高井子ども会は、9世帯13人の子どもたちで活動しています。その一環として、年2回(6・12月)廃品回収を行っています。今回は6月1日に、1年生から6年生の全員参加で実施しました。

昔に比べると他学年間との交流や親同士のつきあい、地域の方々とのふれあいなどが希薄になってきているのが現状だと思います。そんな中でこの廃品回収活動は、子どもにとっても大人にとっても大切なコミュニケーションの場となっています。広い地域を歩いて移動したり、重い回収箱を運んだり...子どもにはちょっときついかとも思うのですが、誰一人弱音を吐くこともなく楽しんでいました。みんなで一つのことを協力して成し遂げる達成感も味わえ、貴重な体験になったと思います。これからも地域の方々とのふれあえる廃品回収活動を、ずっと続けていきたいものです。



### ゲートめぐり

中根自治会

5月18日「海浜公園のゲートめぐり」を15人参加で行いました。初めに西口ゲートでストレッチをして、花を見ながら中央ゲートを経て南口ゲートへ。なかなか訪れることのないハイブエリアでは香りを楽しみました。ガラスハウスではそこから見える海を眺めながら、美味しいアイスクリームをいただきました。海浜口ゲートから、遊具で遊ぶ子どもたちを見ながら大草原を走り、見ごろのネモフィラの丘では鐘を鳴らしてきました。古民家を見学し、木陰で手作り弁当を食べ、歌を歌って楽しみました。西ゲートに向かうと水の広場から音楽が聞こえてきました。今回は入場無料の日でフラフェスティバルが行われ、多くの人で賑わっていました。華やかなフラダンスを見て帰りました。充実した1日でした。



# 心に残る思い出

## 那珂川とともに

勝倉自治会 武石 淳



昭和61年8月5日水府橋付近  
関東建設弘済会「洪水写真資料集」より

私の家の近くを流れる那珂川は、那須岳を水源とし渋谷を流れ、都市化の進んだ市街地や平野部の田園地帯を流れ下る、変化に富んだ環境を持ち、鮭の遡上する清流として有名です。この川は、過去に何度も洪水がありました。私が28年前に経験した、昭和61年8月の台風10号洪水に

ついてお話しします。

私の住んでいる勝倉地区でも、前日から台風の影響で土砂降りの雨が降りましたが当日の朝には雨も上がり、今回の台風の影響は終わりにだと思っていました。しかし朝から、那珂川の水位が上がっているという水害注意の市内放送が流れ、緊迫した状況の中、昼頃から周辺の水田の水位が上がりはじめたのです。いつの間にか自宅の庭にも水が入ってきて生きた心地がしませんでした。幸い我が家ではこれがピークで、水は2～3時間で引きほつしました。勝倉地区では、道路が冠水し床上浸水した家もかなりあり、どぶ臭いなか泥の始末や濡れてダメになった家財道具を片づけるのが大変だったという話を聞きました。

今では、那珂川の洪水を抑えるために、堤防の施工・小場江水路の安全施設の整備（降雨時に対応できる幹線排水路の整備・那珂川からの溢流を防止するための調整水門）が進められています。

私にとっての那珂川は、休みの日には堤防遊歩道を散歩・ジョギングしたり、すれ違う人と声を掛け合い、河川敷での少年野球やサッカーを観戦したりするなど、1年を通してたいへん身近な存在となっています。



# 1中コミセン自主活動団体紹介

## 楽しい料理教室

男子料理教室 塩田 眞弘



本教室は、平成元年から1中コミセンの自主事業として、現在に至っています。料理は最もクリエイティブなことと思ひ、平成2年度に古川氏と共に入会しました。辻村先生は、あの頃の若さ笑顔を今に留めておられます。約26年間も継続しているのは、規約・会計・名簿がしっかりしており人の和があるからです。

楽しい喧嘩もありました。愉快的学級長もいました。会員の異動はありましたが、現在約25人おり大盛況です。これも全会員の和のおかげです。入会の目的も「定年後の楽しみに」「一人になっても食べていけるように」等いろいろです。会員の親睦を図るには「百杯のお茶より一杯の酒」と、新年会をはじめ桜の花見も行いました。開花の予測が難しく、時にはブルーシートの周りに桜の造花を飾り、防寒着を着ての花見もありました。先生のメニューにはデザートが付き、楽しみです。でも私は、特別メニューを作るのが一番好きです。ソバ打ちもしました。毎回の反省会で親睦が図られ、これも怪我や食中毒もなく無事故であったことは何よりです。

「医食同源」、食は自然の物を丸ごとよく噛んで食べるのが基本です。食材に捨てるころはありません。約250万年前の遺伝子は現在の人類も同じだそうです。その時の食べ物が健康食とも言われています。これからも、よく考え・学びながらさらに楽しい料理教室になることを祈念します。



# 部会だより



**福祉部会**  
6月8日、おあしす@金上・中根・長堀の3子育てサロン合同によるハバも参加の子育てサロンを、1中コミセンで開催し、5組の親子49人の参加があった。音楽や絵本に合わせた親子体操では、ハバの「高い！高い！！」に大喜びの子どもたち。ハバとママとで作った紙コップの鉄砲で、的当てゲームを親子で楽しんだ。ほほえましい親子、幼子の元氣な姿が会場にあふれていた。



**文化部会**  
5月29日、40人が参加して群馬への移動研修会を開催。午前には富弘美術館を見学した。事故で体が動かなくなった彼が、口に筆をくわえて描いた素朴で力強い絵と言葉に、深い感動を受けた。午後は桐生織物記念館で、日本を代表する桐生織物と歴史的な機械や道具類を見学した。普段見慣れない編織物にも目を奪われ、心豊かな一日だった。



**青少年部会**  
7月5日、「一中地区親子クリーン作戦」が行なわれた。一中地区内の児童・生徒・保護者、地域が一体となって地域清掃を行い、不当に捨てられているゴミや空き缶・ビン等の燃えないゴミを拾った。ゴミは分別して資源リサイクルセンターとクリーンセンターに搬入。親子で楽しく話をする小学生や、照れくさそうに参加する中学生のゴミを拾う姿がほほえましかった。



**安全防災部会**  
6月13日、40人の参加で東京臨海広域防災公園にて研修を行った。大地震等災害が発生した時に緊急災害対策本部が設置され、通常は防災について学ぶ施設となつている。防災体験施設では、エレベーター内で地震を体験・避難する中で、防災クイズに答えながら地震等の災害に関する知識・技術・意識について学んだ。過去の大震災を忘れずに備えておきたい。



**環境部会**  
道路沿いのゴミ拾いを、年2回行っている。今回は5月9日、中根地区を24人で実施した。ゴミは道端の草むらに隠れていて目立たないが、探すとたくさん出てくる。2時間で約10袋も集まった。飲み物のペットボトルや空き缶が多い。車中から投棄されたものと思われる。皆さん、自然環境を守るためにゴミを捨てないようご協力を！



**体育部会**  
5月16日、「いこいの村沼」にて、二中学区と合同で44人が参加して、グラウンドゴルフの研修会及び意見交換会を行った。  
結果報告  
（一）中学区の入賞者  
優勝 西野（三反田）  
3位 堀江（東中根団地）  
10位 菊池（長松）  
30位 長沼（勝田駅前南）  
BB賞 菅野（中根）



**広報委員会**  
伊藤 昇 横須賀憲次  
横山恵美子 磯 春雄  
鈴木 恵 部 恒朗  
有賀正記 菊地恵子  
荒木とも子 吉木 美  
今井嘉美子  
委員長 副委員長  
モニター  
大関清見 橋本賢三  
塩田憲子



今年度の広報委員は、4人が交代しましたが、心新たにこれからも、皆さんに読んでいただける紙面作りを努めてまいりますので、よろしくお願ひいたします。

新広報委員とOB・OG