

会報 ふれあい

平成28年6月1日

第197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(Tel.784-4447)。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。

第56回「ふれあいティータイム」 歌声喫茶「ともしび」第14回

新宿の「ともしび」が毎年、行っている「大うたごえ喫茶」のDVD映像やTVの歌番組などから集曲した映像をスクリーンに映し、懐かしい歌声喫茶の雰囲気を味わっていただくというものです。配布される曲名リストの中から皆さまが選曲し、リクエストされた映像(歌詞付き)中の歌手と一緒に歌っていただく、というやり方です。昭和の歌を中心に選曲対象数は50曲用意しました。

日時: 7月6日(水) 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

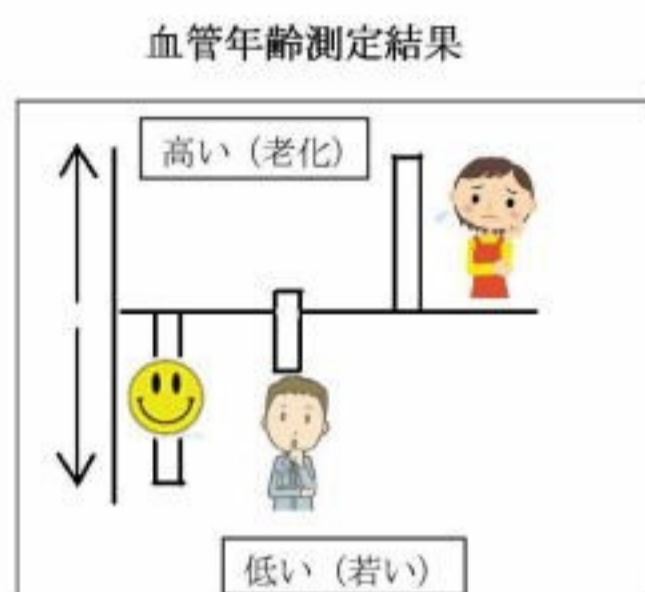


ちびっ子集まれば0歳児から未就園児とママ達のフリースペースです。お子さんを遊ばせながら、新米ママと先輩ママの情報交換もできる気軽に楽しい場所です。おもちゃもたくさんあります、部屋いっぱい広げて遊んでください。(池本)
日時: 6月10日(金)、24日(金) 10:00～11:30 場所: 自治会館1階 (Tel.784-4447)

!! あなたの血管年齢は何歳!!

協賛: 関ヶ谷クラブ-PPKC会

年を重ねると老化現象が進み血管も硬くなります。硬くなる原因は生活習慣によって異なります。硬さが進むと高血圧・脳血管障害・心疾患などの生活習慣病にかかり「健康寿命」を縮めます。そうならないよう、自分の血管の硬さを測定し血管年齢を確かめて、日頃の健康管理に役立てることが出来ればと考え、区役所福祉保健課より「BCチェッカー」という測定器を借りる予約をしました。下記の日時に行いますので



関心のある方は是非試して見てください。ただし結果はあくまでも「目安」です、医療行為の判定ではありません。

測定日時: 6月15日(水) 10時～12時
場所: 自治会館1F 会議室
連絡先: 小西



第55回「ふれあいティータイム」

懐かしの映画上映会「若草物語」

リクエスト第五弾

1949年アメリカ映画(122分)

時は南北戦争時代、父が黒人奴隷解放のため北軍の従軍牧師として出征し女ばかりとなりながらも、慎ましく暮らす一家の約1年を描く。父の無事と帰還を祈り、優しく堅実な母親に見守られ、時に導かれ、マーチ家の四人姉妹メグ、ジョー、ベス、エイミーは裕福ではなくとも明るく仲睦まじく暮らしている(もともと、これはこの家族の豊かな時代に比して慎ましいのであって、実際には中流階級の家である)。家庭に起こる楽しい出来事や悩み、事件、そして大きな試練が姉妹達を少女から「リトル・ウィメン」へと成長させる。



日時: 6月24日(金) 午後1時半～3時半ごろ
場所: 自治会館1階 会議室
会費: 無料 ※申込み不要(当日自由にお越しください) 問合せ: 栗原

第13回「喫茶ふれあい」へのお誘い

「喫茶ふれあい」はお一人でも、友人、ご近所を誘って等気軽に雑談を楽しんでいただく場所です。前回は37ブロックの集いも開かれ、赤ちゃんも座布団を敷いたテーブルの上で気持ちよそに参加していました。もちろんお一人でいらしても大歓迎です。是非一度覗きにいらしてみませんか。お待ちしております。*今年度の「喫茶ふれあい」は2か月に1度、偶数月に開かれることになりました。

日時: 6月22日(水) 1時30分～4時
(ご都合のよい時間にお越しください。)

場所: 自治会館1階
料金: 無料 (コーヒー、紅茶、お茶、お菓子を用意しています)
問い合わせ先: 入野、池本



紅花会

報告 第21回紅花会の集い H28.4.25

今回は、お世話に疲れて、介護を代わられたご家族や、ご本人の馴染んだ土地に戻られたご家族、ご本人に付けた成年後見人とご家族との関係など、色々な状況変化がありました。成年後見人については、そうなのですか? と考えさせられるお話でした。相談に乗り、処理して下さるお子さんがいる場合は良いですが、これから多くなるでしょう。イギリスやアメリカでは認知症が減っているようですが、日本は糖尿病が増えているので、認知症も増えているようです。生活習慣病にはくれぐれも気を付けて下さい。今月は、紅花会についてのチラシを非会員の方も合わせて全戸に配布し、まだご存じない方もぜひ知って頂きたいと思っています。(中山)

円海山歩く会

6月の計画 集合場所: 奥座公園 (雨天中止)

※出発時間が違います。お間違えなく。

- ☆6月6日(月) 午後1時半出発 比較的近いコースを歩きます。奥座～関東学院裏～高舟台住宅～関東学院下遊水地～パークタウン～関ヶ谷
- ☆6月17日(金) 午後3時出発 緑地内のハイキングコースを楽しみます。奥座～関谷奥見晴台～自然観察センター◎～ミズキの谷～長倉口～ノギクの広場～関谷奥見晴台～奥座 (約2時間) ◎トイレ
- ☆7月4日(月) 午後3時出発 奥座～動物園裏～新ひょうたん池～大丸山～関谷奥見晴台～関ヶ谷



思い出の地

日本のマチュピチュ? 「天空の城竹田城」

太平洋戦争の末期、私達家族は空襲を逃れて、父を残し、東京の中野から父の郷里である兵庫県朝来市竹田へ疎開しました。結局この竹田に住み着き、私は昭和20年から高校卒業の昭和34年まで、何の変哲もないこの片田舎で過ごしました。

ところが驚いたことに、この町の竹田城址が、にわかに天空の城(日本のマチュピチュ?)として脚光を浴びる様になったのです。

きっかけは「影武者」「天と地と」「魔界転生」「あなたへ」等々で竹田城跡が映画のロケ地になってからのことです。最近ではタモリの「プレボス」のテレビCMにまで出てくる有様です。

ここで、小・中・高と過ごした私にとって、海拔354mの竹田城は格好の遊び場で、ふもとから頂上まで駆け登ったり、皆とチャンバラごっこをやって遊んだものです。

今は両親もなくなり、姉達も他市へ移り、一親族以外誰も居ませんが、当時の同窓生とは、今でも毎年旅行に出かけております。

竹田城が築城されたのは、室町時代にさかのぼり、激しく戦闘を繰り返していた播磨の守護・赤松氏に対抗する拠点として、嘉吉年間(1441～1443年)に但馬の守護大名・山名持豊(宗全)(守護所:此間山城、現豊岡市)が家臣の太田垣光景に命じて築城させ、太田垣氏に城主を務めさせました。(当時守護大名は足利将軍藤元の京都で暮らし、領国統治は守護代に任せるのが普通でした。)

長年、竹田城主を務めてきた太田垣氏ですが、戦国時代に突入り、1571年～1574年、太田垣輝信の時に、羽柴秀吉の弟、羽柴秀長の手によって落城されました。以後、城主は桑山重晴、赤松広秀と変わり、1600年の関ヶ原の戦いの結果、赤松広秀は自刃させられ、最後の竹田城主となりました。その後江戸幕府の命により竹田城は廃城となり建物は取壊されて、現在の石垣だけの姿となりました。

竹田城は、虎が臥せている姿に似ていることから、別名虎臥城とも呼ばれます。

朝来市は銀山のあった生野町から北の和田山町までを云いますが、ここには円山川(別名、朝来川)が流れており、毎年、9月～2月頃にかけて、朝方、外気が冷えて川の水温より下がると、川から蒸気が発生し、山の低い部分に霧が溜まります。竹田城跡からはきれいな雲海として見えます。又、竹田城から円山川を挟んだ対岸の立雲狭(りつうんきょう)から真横に見る竹田城は、雲上の城として絶景です。

子供のころ、この円山川には毎夏入り浸りで、泳ぎはもちろん、魚釣り、浸けバリによるうなぎ、なまず取り、又、下流の玄武洞あたりまで大人のアユ漁の手伝いに行きました。

時代も変わり、山陰線・播磨線による昔の列車移動の他に、今は播磨自動車道等も整備されて車社会に変貌し、姫路城を中心とした、但馬牛、出石ソバ、カニ料理等の食べ歩き、城崎温泉、天橋立巡り等々とのパックツアーの一員に竹田城址も組み込まれている様です。

天空の城・竹田城にまつわる昔の思い出話です。 松原



歩く会第116回



グルメシティ発のバスハイクです

榛名神社・榛名湖・伊香保温泉

榛名湖は標高1,084mに位置し、日本では中禅寺湖(栃木県日光市)に次いで2番目に高い湖です。

高峰三枝子唄の「湖畔の宿」は榛名湖の湖畔がモデルになっています。

榛名神社は鎌倉時代から雨乞いの神様として知られ、多くの貴重な文化財があり、「社殿」をはじめとする6棟の建物が国指定の重要文化財に指定されています。

近年のパワースポットブームで、テレビや雑誌等でも『関東屈指のパワースポット』として取り上げられ、かなり訪問者も増えています。参道の途中には「みそぎ屋」という売店が営業しており、そこで買える「みそぎ飯」は開運のお菓子として親しまれています。またおみくじは、ご神水に浸すことによって運勢が浮かび上がるという、おみくじとなっています。

石段街(365段)でおなじみの伊香保温泉では自由散策といたします。石段上の源泉周りは整備されており、源泉が湧出する様子を見ることができます。源泉の傍には「伊香保露天風呂」(入浴代450円)が、石段の途中には共同浴場「石段の湯」(入浴代400円)があります。また無料の足湯もあります。石段の上までは伊香保タウンバス(1時間2本 乗車券100円)も利用できます。(野々山)

歩行コース概要: 1. 榛名神社入口～本殿 往復1.5km やや坂道 2. 榛名湖半周 約2.5km ほぼ平坦

コース: 5:50集合(グルメシティ前・鈴木商店前)

6:00 出発→海老名JCT→(圏央道)→八王子JCT→渋川→伊香保IC→榛名神社入口・本殿・榛名神社入口→榛名湖(昼食)・・・ビジターセンター→伊香保温泉(自由行動)→渋川→伊香保IC→(圏央道)→八王子JCT→海老名JCT→港南台IC→(鈴木商店・グルメシティ前)

※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。

1. 日時: 7月28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: 47名(最少催行人数は40名。申し込み多数の場合は抽選。)
3. 参加費: 概算7,500円(バス代、保険料、資料代など)。確定額は後日参加者にお知らせします。運転手2人乗車。
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・雨具(傘以外)、サブバックがあると便利です。入浴希望者はタオルなど(伊香保自由散策時に入れます)

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、自治会館のポストに入れて下さい。

参加申込: 締切は6月20日(月)

※定員オーバーの場合全員抽選です。グループの方はホッチキスで止める、同じ用紙に記入するなどしてお出してください。今回はメール受付なしです。連絡先: ①野々山 ②野呂



歩く会第116回(バスハイク 榛名湖)に参加します。 申込日 月 日

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____

携帯番号 _____