

# 会報 ふれあい

平成25年8月1日

第163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(TEL784-4447)。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。

## 「階段照明の電球交換」

階段の天井の照明について、今まで使用していた白熱電球からLED電球に交換したいとの依頼でした。LED電球のメリットは、消費電力が同じ明るさの電球の約1/10、蛍光灯の約1/2(注:直下タイプの場合)で長寿命。しかしLED電球の光が直進する特性を持っているため、あくまで直下の明るさが白熱電球の明るさに相当し、その周辺は暗くなってしまいます。このお宅では階段室の照明は一箇所でしたので、なるべく光の広がるタイプが適当と考え電球形蛍光灯への交換を勧めました。

電球形蛍光灯は光の広がり方は白熱電球と変わらず消費電力は約1/6です。

なお最近では白熱電球に近い光の広がりを実現した「全方向タイプ」のLED電球も発売されていますが、同じ明るさの電球形蛍光灯と消費電力は変わりません。

値段は4倍程度します(グルメシティでの販売価格)。(坂口)

## 簡単修理事例



光の広がり方イメージ



## 西金沢地域ケアフラグよりお知らせ <押し買い商法・送り付け商法にご注意!!!>

皆さま、日々、ニュース等で振り込め詐欺など消費者被害の話を目にされている事と思います。釜谷地区内でも、事件は多発しています。他人事とは思わず、お互いに気をつけていきましょう。松本美菜子(社会福祉士)

### トラブル事例①

「不要な貴金属を買い取りますよ」と知らない人が来訪。少し指輪を見せたところ、「他にもまだあるでしょう」と迫られ、長時間居座られた!



### トラブル事例②

「注文頂いた品物が用意できたので送ります」と電話があった。注文した覚えはないと断るも、「キャンセル不可、受注した記録もある」等の言葉で押し込んできた。何度断っても、「弁護士連れていく。あなたは警察へ連れて行かれることになる」と脅された!

対応に困った時は、悩まず、すぐに、金沢警察・生活安全課(782-0110)や、消費生活総合センター(845-6666)へ相談しましょう。

\*今回は「介護保険のおさらい」をお休みさせて頂きました。

## ふれあい本舗

生ビール...300円  
ハッシュドポテト...500円  
ラムネ...100円  
ちらし寿司...100円

## 納涼大会を楽しもう

★生ビール始めました!  
★ちびっ子集まれ!6時25分~参加賞あります。沢山来てね!(未就学児対象)



八月十七日(土) 草舞台公園 6時

## 第32回ふれあいティータイム

懐かしの映画上映会

## 「シェーン」

今回は西部劇の傑作「シェーン」を上映します。一年ほど前に朝日新聞の調査で日本で一番人気のある西部劇映画に選出された作品です。さすらいのガンマンが人助けをして悠然と去っていくという、西部劇お決まりの筋書きながら、子供を準主役に起用したり、淡い恋ごころをからませたり、美しいワイオミングの風景とビクター・ヤングの詩情あふれる音楽など見どころ、聴きどころたっぷりの永遠の名作であります。「シェーン、カムバック」と叫ぶ少年の声が有名。主演:アラン・ラッド、ジーン・アーサー、他 監督:ジョージ・スティーブンス (1953年作アメリカ映画・上映時間118分・カラー) 日時:9月10日(火)午後1時30分~3時40分 場所:自治会館 1階 会費:無料 申し込み不要。当日自由にお越し下さい。(問合わせ先:久松)



夏休み中のお姉さん、お兄さん、帰省中のお孫さんご参加下さい。みんなでお待ちしています。納涼大会(8月17日)のちびっ子集まれにもお出かけ下さい。お遊戯、参加賞があります。 日時:8月23日(金)10:00~11:30 場所:自治会館 1階 (TEL784-4447)

## ♥ルンパを買った!!♥

新築を機に話題の?お掃除ロボット、ルンパを買ってみました。ネット上ではなかなかの評判、外野の面白そうな声にも押されて期待は高まるばかり。基地の設置は意外と簡単。ルンパさまに働いて頂くにはそれなりの準備が必要だ。まず机の下まで掃除して頂くため、ダイニングの椅子を机に載せる、そのためには机の上の雑多なものを片付ける、ゴミ箱もなるべくソファの上に上げる。ここまでやったら掃除機出してきて掃除したら、と言われそう...電源を入れるとビポー、という愛らしい音と共に出勤して行く。動きは単純ではなく読めない、壁に沿って進んだかと思うと途中で対角線方向に進んだり、ソファの足にぶつかりながら格闘したり、そこにゴミがあるのに!と思いつつも見ていると飽きない。玄関とたたきの段差を落ちないかとハラハラしていると、体の一部がはみ出して落ちない、何度か助けようと手を出しかけたけれど大丈夫のようだ。リクライニングチェアの足元に体当たりするルンパさまの振動を時々受けながら、うとうとしていると、エラー、エラーの音、眠気もすつとんで助けに行く。垂れていた電話線に絡まって動けなくなっている。電話線を車輪から外して事なきを得る(ホッ!)。線は苦手のようだ。1時間過ぎたころ電気が切れ、再びビポーと声を出しながら自分で基地に戻って充電体制に入る、何とも可愛い!肝心の掃除結果は、綺麗になっています。台所のマットやトイレマットも難なく上がって掃除してくれます。特に糸くず、髪の毛の類は得意なようで、ドライヤー後の髪の毛が大量に落ちた床も綺麗になっています。予想に違いルンパさまのお掃除は、それなりの成果があり今のところ大満足です。(野々山)



## 思い出の地

### 私の思い出の記(東京大空襲)

もうすぐ68回目の終戦記念日(8月15日)が来ます。終戦を私は十代後半の年齢で迎えました。大空襲を青年&成人として体験している年代のかたは少なくなってきました。私も体験した者の一人として、書き記すことにしました。しかしこの広報に書くのはほんの一部分です。

昭和19年はじめサイパン島の陥落に伴い、軍部は本土決戦に備え、子供たちの学童疎開が始まりました。我が家も両親と幼い子供5人が山形へ疎開することになりました。私は学生だったので一東京の渋谷区幡ヶ谷の自宅に残り自炊することにしました。丁度本郷(現文京区)にいた叔父は藤倉電線の工場に徴用で働いていましたが、同様に残ることになり、私の家で共同生活することになりました。食糧は配給制とはいえ大変困りました。大豆油の搾りかすや芋の茎・フスマの配給では足りなくて小川の土手に生えているヨモギならましな方で野菜や雑草など取ってきて野菜の変わりに茹でて食しました。

本格的な空襲が始まったのが昭和19年11月24日、B29-85機による空襲で現武蔵野市のはずれにあった「中島飛行機製作所」工場のピンポイント爆撃でしたが、その余波で渋谷区の一部の民家も爆撃を受けました。それ以後の空襲はピンポイントではなくいわゆるジュウタン爆撃で民家・学校・病院などの生活施設まで無差別空襲が始まりました。東京が何回爆撃を受けたか正確な資料が手元にはありませんがかなりの回数だと思います。中でも大空襲は

●昭和20年3月10日 陸軍記念日を狙った最大のジュウタン爆撃、B29-325機で浅草・本所・深川の住宅密集地に爆弾と焼夷弾の雨で死者約9万人、被災者100万人と言われる犠牲者が出ました。

●昭和20年5月29日 横浜の爆撃はB29-500機・艦載機P51-100機で数時間で焦土になりました。

空襲があるだろうと二人で家の前に(当時の路地は舗装など無かった)防空壕を作り、私の学用品・書籍・衣類・家族の必要な書類等入れたら、スペースが足りなくなりました。

その後、杉並・中野・渋谷と爆撃が続く幡ヶ谷の私の家も日にちは忘れましたが、ついに焼夷弾の洗礼を受けることになりました。爆撃の当日は無数に落ちてくる焼夷弾の空気との摩擦音・ゴーとか・ザーとか・シャーとか何とも言えない轟音に恐怖感と絶望感で生きた心地はありませんでした。気が付いてみると周りは火の海で、これはいかん早く安全な場所を探して逃げねばとの気持ちで薄い掛け布団に防火用水の水を掛け頭から被り、何処へ逃げようかと逡巡していたらあの世行きですが、長年住んでいた地域なので、その時一瞬の判断で近くの上水道の水路を横切る小さなトンネルを思い出し、そこまで一目散に駆けて行きました。それが今日まで生き永らえることが出来た生死の分れ道でした。しかし、そのトンネルの近くに焼夷弾でなく爆弾が落下し破裂したら、爆風圧であの世行きでした。運命とは不思議なものです。爆撃が過ぎて翌朝、自分が住んでいた家は焼け残っていてくれと悲痛な思いで戻りましたが、あえなく灰燼となって形はありません。防空壕はと見れば中まで蒸し焼きで黒い灰が有るのみでした。落胆して放心状態で歩き始め付近の幅3メートル程の小川の底を見たら渡り通路の下に数人の人が亡くなっていました。見ると着衣は焦げていません、死体もまだ数時間なので皮膚もまだ生きているように感じられるくらいでした。おそらく小川の周辺の家の大火焔で小川の底は極端な酸欠状態で窒息したと考えられます。もし自分も小川に退避していたらやはり、あの世行きと思うとゾッとしました。

それから浦和の叔父の知人を頼り、8月15日の終戦の日を迎え何とも言えない虚無感で放心状態でした。その中で「自分の身は自分で守る」と深く思いました。この言葉通りの行動を実践して今日まで寿命を永らえて来られたことを運命の神仏?に感謝の気持ちで一杯です。今言われている災害に対して、「自分の身は自分で守る」事が基本だと他の世代の人より強く思っています。

最後に、終戦の時一緒に行動した叔父が今年6月に他界しました。感慨ひとしおです。 小西



## 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2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~関谷奥見晴台~丸丸山~ひょうたん池~動物園裏~奥座
- ★9月20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~関谷奥見晴台~みずぎの見晴台~横浜自然観察の森一周◎~関ヶ谷 ◎トイレ

※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。野呂

## 歩く会第87回

### 赤城山の大沼・小沼の紅葉

赤城山は日本百名山として知られていますが、一つの山ではなく、幾つかの峰があり、その間に大沼、小沼、覚満淵などが点在します。ツツジやカエデやミズナラの紅葉と水面の対比が美しく、すがすがしい秋の空のもと、鮮烈な別世界が広がっています。今回は、小沼までバスで行き、小沼一周後、大沼まで下り坂を歩くコースです。(野呂)

### グルメシティ発のバスハイクです

コース: 関ヶ谷6:20集合6:30出発→前橋IC→赤城山小沼・小沼一周・昼食・覚満淵・大沼→富士見温泉・見晴らしの湯ふれあい館→前橋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 ほぼ下り道です。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:10月16日(水)雨天決行 (雨天の場合はコースを変更致します。別途入場料がかかる場合があります。)
  2. 募集人員:47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4,500円(バス代、資料代、保険料など、入浴代500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、自治会館のポストに入れて下さい。 参加申込:締切は8月15日(木) 予定員オーバーの場合全員抽選です。グループの方はまとめてお出しく下さい。 今回はメール受付なしです。 尚、連絡先は①野呂 ②野々山 です。

歩く会第87回(バスハイク 赤城山)に参加します。 申込日 月 日

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