



なかてや(クレープ、豚汁)・福祉バザー(焼きそば)

11月11日(土) 10時から14時
まで実に4年ぶりとなる「なかて
はら秋のふれあいまつり」が盛大
に開催されました。
会場となった仲手原広場公園
には、マザークラブによるバザー
や焼きそばの販売、りんどうの会
によるピリ辛こんにやくなどの販



第66号

発行
仲手原自治会



りんどうの会(ピリ辛こんにやく他)



福祉バザー(衣類、雑貨)

売、自治会青年部による豚汁とク
レープの販売などが軒を連ね、に
ぎやかに来場者を迎えていました。

この日は前週末までの暖かさか
ら一転、急に気温も下がり少し肌
寒い一日ではありましたが、雨に
降られることもなく全てのイベン
トを開催することができました。
来場者も10時の開会から14時の閉
会まで途切れることなく続き、老
若男女問わず多くの地域住民の方



篠原中学校吹奏楽部

さらにふれあいまつりに花を
添えてくれたのが野外ステージで
行われたコンサート。これには篠
原中学校吹奏楽部、民謡歌手木津
かおりさん代表の「竹嶺会・日本
の音色を楽しむ会」、神奈川大学
の「カレッチ・サウンズ・オーケ
ストラ」の3グループが出演し聴
く人の耳を楽しませてくれました。

々が、仲手原らしい和やかなひと
ときを楽しんでいる様子が印象的
でした。会場設営など運営に尽力
してくださった皆様、本当にあり
がとうございました。(加藤篤志)



神奈川大学 COLLEGE SOUNDS ORCHESTRA



竹嶺会・日本の音色を楽しむ会

港北区防災キャラバン

今から始めよう!

災害時の備え〜食と防災〜

株式会社 オフィスRM

代表取締役 今泉マユ子氏

10月14日9時55分〜12時20分の間、自治会館において港北区主催の「防災キャラバン」が開催されました。

今回は、災害時の備えとして在宅避難(テント生活と同じ)の場合の防災食を主とした講演を、(株)オフィスRM代表取締役(管理栄養士、防災士、他)の今泉マユ子氏にお願いしました。



オフィスRM 検索

講演中の今泉マユ子氏

今泉氏命名の「お湯ポチャレシシピ®」および「即食レシシピ®」による「①ごはん、②マーボー高野豆腐、③スパゲッティ、④切り干し大根の塩昆布お茶和え、⑤シャカシヤカふりかけ大豆、⑥ミックスピーーンズの栗あん風」の調理指

導が行われました。調理方法は、6月18日に自治会主催で行った「防災食調理体験」と同様でしたが、鍋底の高温により湯煎用のポリ袋に穴が開かないよう、底板代わりう注意がありました。



お湯ポチャレシシピ等による調理

調理指導にまじえて日頃の備えに関する講義が行われました。食料やガスボンベ等に関する備蓄に關しては、災害対応の備蓄用として保管し消費期限や使用期限毎に入替を行うのでは無く、日々の生活の中で使い回し、使用した分を常に補充する「ローリングストック」方式であれば期限を気にする必要がなくなり、かつ家族の好みに応じた備蓄が可能になるとのこ

とでした。このサイクルでは、冷蔵・冷凍不要の食材で災害発生時から最低3日分、できれば1〜2週間分になるよう調整します。

乾パンが大好きという人は多くありませんが、フルーツ缶詰のシロップ、ジャムやマヨネーズ等を添加することでおいしく食べられます。味気の無い干物等も加熱したり、調味料を添加することでおいしくなります。缶詰やパッケージ食材は消費すればゴミが発生しますが、災害時はゴミ収集も大きく遅れる場合があるため、このことを考慮に入れて食材を選ぶ必要があります。日頃の子どものオヤツも兼ねて各種「カロリーメイト」や「えいようかん」等も高カロリーかつゴミは場所をとりません。臨時のゴミ保管用には衣装ケース等を使う方法があります。

「停電ごっこ」は、日常の照明を全て消し、懐中電灯等の照明器具を探すことからシミュレーションします。照明器具を見つけ易いように、器具に蓄光テープを貼り付けるとか停電時自動点灯する器具が理想的です。停電時のみならず破損したガラスを踏まないためにも、就寝時枕元に照明器具等と



停電対策の講義

共に上履きズック等を置いておきましょう。また、これらの照明器具でどの程度の調理等も含めた避難生活ができるかも確認し、器具の増設等を家族で話し合います。

補足事項

◇カセットコンロ用ガスボンベ

使用期限 製造から7年
これを過ぎると、中身のボタンガスは劣化しないがボンベの部品(ゴムパッキン等)の劣化によりガス漏れが発生し、爆発や火災の危険がある

◇停電時の照明

ローソクは危険
やむを得ずローソクを使用する場合必ず見張りをおく



仲手原自治会防災訓練が10月28日に開催されました。

午前9時に災害が発生したという想定で、各組長さんによる住民の安否確認から訓練が始まりました。安否情報は組長さんから各班長さんに伝えられ、班長さんは自治会館へ情報伝達する手順です。要援護者を車椅子で搬送する訓練も同時に行われました。

続いて班長さんとお集まり戴いた自治会員、武相高校の生徒さんたち併せて約80名は、二丁目公園で行われた防災訓練に参加しました。



訓練開始(二丁目公園)



要援護者の車椅子搬送

防災訓練では、港北消防署篠原出張所の菊池所長のお話のあと、グループに分かれて、起震車体験、訓練用消火器(水消火器)訓練、AEDを使用した救急救命訓練、ダンボール箱を利用した簡易トイレ製作訓練を順に行いました。



起震車で揺れる武相高校の皆さん



救急救命訓練



消火器訓練



港北消防署篠原出張所菊池所長

ひさしぶりの起震車では関東大震災、阪神淡路大震災などの揺れを体験することができ、あらためて地震の恐ろしさを認識しました。



晴れやかな秋空が広がった11月3日(土)、港北区の第26回ペットボトルロケット大会が樽町公園多目的広場(鶴見川河川敷)にて盛大に開催されました。同大会は港北区内の在住・在学の小学生を対象に飛距離部門とデザイン部門でそれぞれ競い合うもので、今回は両部門合わせて延べ約300名のメンバーが参加し会場は大変な盛り上がりでした。

9時30分から開会式が行われた後、さっそく飛距離部門の記録会がスタート。子どもたちは連合自治会ごとに整列し、順番がきたら自作のロケットを発射台にセット。

「3、2、1、発射!」の合図で自らボタンを押して飛ばしました。20機ほどのロケットが「プシュー!」と水のしぶきを残して一斉に空に向かって飛んでいく様子は壮観でした。1位の記録はなんと約95m。ロケットが遠くまで飛ぶ度に会場からは大きな歓声が沸いていました。



デザイン部門表彰式

一方デザイン部門は、エントリー作品が会場内に設置され、参加者の投票によって順位が決まります。今回も楽しいアイデアいっぱいのユニークな作品がたくさん並んでいました。そしてデザイン部門において仲手原たけのこ子ども会の加藤偉月君(小学2年生)が、今回新設された特別賞「しんつなしま賞」に選出されました。

結果はそれぞれでしたが、自分で作ったロケットを遠くまで飛ばした感動や自分のアイデアを皆に見てもらえた喜びは、清々しい思い出としてきっと子どもたちの心に残ったことでしょう。スタッフで出勤してくださった仲手原自治会の青少年指導員の皆様も本当にご苦労様でした。

Nゲージを走らせよう!

9mm 鉄道模型運転会 2023.12.30



6m×1.8mの台に展開されたNゲージ(9mm)のレイアウト
4路線(内2路線で複線を形成)をコントローラー4台で運転

12月30日10時より、自治会青年部企画「Nゲージ^{エス}を走らせよう!」が自治会館で開催されました。「Nゲージ」とは、レールの幅が9mmであることから、英語の9(Nine)の頭文字Nをとって名付けられた縮尺1/150の鉄道模型のこ
とです。



運転台形コントローラー(ECS-1)で
運転中の子どもたち



旧吉村模型鉄道館の
Oゲージ(32mm) 残留車両

当企画は自治会役員・阿部ふさなさんの全面的なご協力により実現致しました。参加者は特別な運転台形コントローラーで運転を楽しむことができ、大盛り上がり。また会場には小さなお子様向けのプラレールが設置されたり、駅長さんの帽子をかぶって記念撮影ができる他、屋外では豚汁が振る舞われました。



走行中の車両



エキソト 豚汁サービスコーナー

こうして一年の掉尾^{ちようび}を飾るイベントは、約250名が参加し、大盛況のうちを終了しました。



プラレール系(自由に触れて!)



12月9日(土) 10時および14時の二回に分けて、自治会館において「子どもミニツリーづくり体験」教室が開催されました。指導は村野副会長で今回も青年部の皆さんがサポートしました。

スポンジ製キューブの装飾から始まり、それにいろいろな素材を思い思いに装着することで、段々とツリーらしくなってきました。



親子でミニツリーづくりに挑戦

この日17時から、前日ごぶさきの皆さんが飾り付けを行ったクリスマス飾りの点灯式が青年部の全面的協力により行われました。

斉藤会長および来賓の挨拶のあと、LEDブルーライトを消し、集まった子どもたちと共にカウントダウンにより点灯しました。

サンタク

ローズは今回も登場し集まった子どもたちにプレゼントが渡され、子どもたちとの記念撮影にも応じていました。



サンタさん登場

この日集まった子どもたちは約100人、保護者も加わって自治会館の庭は一時満員状態でした。



点灯式も無事終え歓びの元子どもたち

仲手原寄席



12月10日(日) 14時より、自治会館において恒例の「仲手原寄席」が開催されました。今回は、立川

寸志さん並びに春風亭朝枝さんのお二人に古典落語4題をお願いしました。観客は62人、主催者側は自治会芸能担当の岡田二郎さん他2人で開催され、いっとき余りを笑いの渦に巻き込みました。

演目(前半)

立川寸志「くしゃみ講釈」

春風亭朝枝「化け物使い」

中入り(休憩)



中入り

ジャンケンにより、噺家お二人から色紙3枚づつのプレゼントがありました
㊦立川 寸志さん ㊦春風亭 朝枝さん

演目(後半)

春風亭朝枝「加賀の千代」

立川寸志「三方一両損」



12月23日(土) 篠原八幡神社では、前年に続き「日の出を見る会」が行われました。寒さ厳しい早朝から大勢の方々が参拝に集まりました。今回も篠原地区連合自治会の有志の方々により熱々のお汁粉がふるまわれました。



お汁粉

段々と橙色に染まり明るくなる空を眺めることしばし、午前7時前、大鳥居の真ん中に真っ赤な太陽が現れました。そして太陽の光が神社本殿のガラス窓に反射して真っ赤に輝いて見えました。その光景は私達に自然の神秘を感じさせるものでした。



本殿 (6:58)

今年度も敬老月間に仲手原自治会より、77歳、88歳、99歳の方々(39名)にお祝い金を、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳以上の方々(193名)にお菓子を届けました。このうちには99歳、101歳、105歳の方もおられます。これからも『元気・長寿』でお過ごしください。

敬老のお祝い

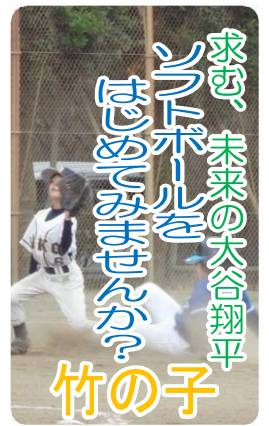
10月31日、4年ぶりにひとり暮らしの方39名をお迎えして昼食会を開催しました。自治会長と民生委員挨拶の後、座ったままでの簡単ストレッチで体も心もほぐし、防犯漫才で笑い、三味線演奏で懐かしい曲を聞き、手拍子・口ずさむ楽しいひと時を過ごされました。



@TAKENOKO_YOKOHAMA
「竹の子」は「たけのこ子ども会」の下部組織ではありません

URL https://www.instagram.com/takenoko_yokohama/

こんにちは。白幡小をホームグラウンドとした小学生のソフトボールチーム「竹の子」です。現在、新メンバーを大募集しています！「竹の子」の特長は①子どもたちがとても仲がいい②楽しみながらスポーツが上手くなる③喜びや悔しさを経験しながら心も成長できる、そんなチームです。運動不足を解消したいお父さんたちも、ワイワイ楽しみながら練習に参加しています。お茶当番はコロナ禍を経て廃止、保護者も子どもも、無理なく・楽しく活動し、共に成長し合っています。見学・体験はいつでも大歓迎！インスタで活動日や日常の様子をご紹介しますので是非チェックしてみてください。



桜山公園にて (2023. 12. 4)

この会は平成25年11月18日に篠原地区包括支援センターの勧めにより発足し、今年で11年目になりました。毎月第一・第三日曜日の10時～12時迄仲手原自治会館を拠点として篠原地区近郊をゆっくり無理せず、四季折々の草花に心を和ませ約1時間ウォーキングを行います。ゆっくり歩幸会です。高齢者の方々が健康で楽しい日常生活を過ごせます様ゆっくりウォーキングをして、介護予防と親睦を兼ねて活動しております。



尚、雨の日は会館でストレッチや講師による健康講座を行います。毎回の会費は二百円です。コロナ禍の後参加者が多少すくなくなりましたが、みな楽しみながらウォーキングをしています。是非ご参加下さい。(井上 禮子)

自治会だより

- 2月 「なてはら」第66号発行
自治会親睦バス旅行(18日)
初期消火器具放水訓練(25日)
- 3月 新旧役員交代懇親会(2日)
新班長・組長業務説明書配布
- 4月 自治会費集金
- 5月 ふれあいまつり(11日)
自治会定期総会(19日)

子供会だより

- 2月 親子スキー教室(16、18日)



編集スタッフ

植木幹造・押尾泰典・加藤篤志・芳賀宏江・宮田純子・山口美和

編集責任者…中村泰雄