



きたざわ

留守番電話、それがあなたの番犬よ！

取組成果

山じまいか？

北沢中央自治会 正能 明

七十歳を過ぎて、ぼちぼち山じまいを考えている。山に出かけない事ではなく、年齢にあつた山行きです。

昨年、七十歳で二度目の槍ヶ岳に登ってきました。一度目は三十歳代前半でしようか、当然体力もあり、怖いもの知らずで、山頂に登りました。

今年も十月に絶好の山日和の日に西穂高岳に挑戦しましたが挫折でした。すでに股関節は硬くなり、手先も岩をつかむ握力も落ち、少しづつ山じまいが始まってきました。

年寄りとペット

北沢一丁目町会 松下 眞子

30年愛犬を育ててきた夫婦でしたが、この北沢でペットシッターを始めて3年。今では預かりも多くなりました。小田急線跡に遊歩道ができ、犬の散歩には快適。人の流れも変わり、今まで挨拶もなかったお年寄りも犬達に声をかけてくれる様になりました。犬達も嬉しそうです。我家の犬はセラピー犬として

活動も始めましたが、お年寄りは犬の寿命より先の短い可能性がある。60歳を過ぎたら保護犬も飼えないといえます。しかし、お年寄りこそ必要だと感じます。私の新しい夢は、セラピー犬と同居できる高齢者施設です。動物も人も命を共生してこそ意味のある生活だと思えます。

歳を重ねても

頑張れば出来る

東北沢自治会 雨宮 麻須

主人を亡くし外に出る気にもなれず、毎日ボートと過ごしていた私を息子が心配してくれて、水泳教室に申込んでくれました。

「自分は仕事があるので、趣味の一つにしてくれたら、安心するので」と言われ、直ぐ始めることにしました。

初めは歩くことから、次はブク・ブク・パー。この年で恥ずかしい感じがしましたが、嫌がつてばかりはいられず、浮く様になると、欲が出始め、徐々に泳げる様になり、嬉しくなりました。

時間はかかりましたが、四つの泳法を学ぶことが出来、今は遣り遂げてよかったと思っています。

館山に暮らして

北沢四丁目町会 出口 巖

私はリタイア後、館山に単身で移住しました。のんびり生活を楽しんでいましたが、その翌年に千葉県生涯大学校に入ることになりました。授業は週一回

夏休み、冬休みもあります。入卒業式はバスで千葉市迄行きまして。授業の他にもイベントがあり、運動会、ゲートボール大会、芸能祭、そして校外学習。

校外学習では個人の車に分乗して、花見、戦争遺跡見学、プラネタリウム体験、そば打ち体験等、多彩です。学年委員長として、委員他の御協力もあつて楽しく充実した二年間を過ごさせていただきました。卒業後も何かと集まっては交流を深めております。

入学を機に多くの友人を得て幸せに過ごしております。

身の周りの整理

北沢五丁目町会 三輪 幸子

いつからか『断捨離』という言葉が耳にする様になりました。

私も『断捨離』の様な大げさなものではなく身の周りの整理に取り組んでみようかと思っています。ずいぶん長いこと押し入れの奥にしまつてある物や到底着ることのない洋服、使われない食器、この際思い切つて処分しようと思います。

ただこれ迄もペン習字、英会話、水泳と取り組んではみましたがどれも三日坊主だった私。果たしてうまく行くのか。のんびり気長に取り組んでみたいと思っています。

会話の中で気付いたこと

北沢三・四丁目町会 江刺家広樹

私は造園業を生業としています。つい先日、脚立に上り剪定

作業をしていると、少し離れた場所から女の人がこちらを興味あり気に見ています。挨拶がてら話しかけたところ、「その脚立はなぜ四本足ではなく三本足の？」と聞かれました。不意の質問に意表を突かれた反面、なんて好奇心旺盛な人だろうと思ひ、三本足の利点は樹木により接近し作業が出来、低木等を傷めずに脚を立て込める等と説明しました。

何げない会話で普段使い慣れている道具にはそれぞれの歴史と作り手の工夫があると気付かされ、そのお陰で仕事がスムーズに捗り仕上がりしているのだと思ひました。

グローバルな世界へ

北沢二丁目南町会 馬場百合子

勤続25年目を迎えた一昨年から海外需要が増え、海外で仕事をするメンバーが増えました。

そんな彼らの刺激を受け、苦手な語学の習得に挑もうと英会話に通い始めました。初めは想像以上の単語が出ず、話したい事の十分の一も伝えられず、もどかしさが募りました。一年二年と続ける事で徐々に会話が続き、異国文化に興味が高まり海外事業に携わりたいと強く希望するようになりました。その夢を叶える為に近々TOEICを受験する予定です。思うような結果は出ないと思いますが、夢の実現に向け挑戦していきます。





①もみじ広場

北沢 4-24-16、広さは163・99㎡。秋になると二本のモミジの紅葉が楽しめます。植込みにはツツジ、ドウダンツツジ、キンモクセイが季節を色彩り、陶器のベンチが並ぶ広場です。

②北沢やまも広場

北沢 4-24-24、広さは471・72㎡。水道、四



丁目町会ホース格納庫が設置されています。区民集会所と隣接している広場には4本の梅の木があり、毎年地元の梅見客で賑わいを見せます。

③もくせい広場

北沢 4-26-22、広さは373・65㎡。大小の石を配した静かな一角で、モクセイが茂り、シダレザクラが春を運んでくれます。

④つつじ広場

北沢 4-26-13、広さは357・42㎡。水道、遊具があります。植込みには多種の木々が見られ、ツツジ、サルスベリ、ナンテンモミジ、サザンカ、ツバキ、ヒメシヤラ等季節の花が咲きます。

⑤北沢 4-23広場

北沢 4-23-7、広さは111・02㎡。広場の真ん中の道が二つの通りを繋ぎ、左右にある植込みに公園灯が点ります。

⑥つばき広場

北沢 4-29-3、広さは76・06㎡。防火用貯水槽(5t) D型可搬ポンプ格納庫、消火栓が設置されている小規模広場です。

⑦北沢さくら広場

北沢 4-23-2、広さは197・11㎡。1987年にこの広場に植えられた桜はレーガン大統領来日記念に区に贈られたうちの二本で一本だけが現存しています。



●7つのポケットパークは何れも平成7年4月に開園しました。

北沢地区防災訓練

10月13日に北沢地区防災訓練を北沢中学校校庭で実施しました。

北海道の地震、豪雨などの災害がおき、多くの人が被害にあわれました。各被災地での状況を教訓にして防災訓練を行い多くのの方が参加され、日ごろの備えを確認する機会となりました。



今年も各町会・自治会、商店街、消防第9分団、日赤奉仕団、民生・児童委員のほか北沢中学校の生徒の合計333人が参加しました。避難誘導訓練、炊き出し訓練、スタンバイブ操作訓練、車椅子搬送訓練、応急救護訓練、地震体験車、放水実演を行いました。

災害には日ごろからの備えがとても大切です。

月に一度、最低でも一年に一度は、自分自身、ご家族・ご家庭の災害時の備えが十分かどうかを見直しましょう。

食べ物や飲み物だけでなく、トイレットペーパーや生活必需品の入手が困難になることは、阪神淡路大震災、東日本大震災などの大きな地震のたびに、生じています。

特に乳幼児がいるご家庭、食べ物にアレルギーのある方は、二重三重に備えましょう。

あらためて災害への備えを見直してください。



誰でも出来る

ナス・トマト・エリンギの和風炒め

(材料) ナス、トマト、エリンギ、生姜、ごま油

(作り方) ナスは長ナス、丸ナスどちらでもよい。トマト、ナスは1.5cmにカット。エリンギは太めの物を縦に1/4に切る。ナスはごま油(好みの油)を多めに入れた鍋で、中火で色がつく位に焼く。続いてエリンギを焼く。トマトは塩、コショウを振り、裏表を焼く。おろし

生姜を作り、焼いた野菜を皿に盛り、生姜醤油、焼き汁をかけて、熱いうちに召し上がれ。

塩、コショウは足りなければその時に調整してください。これが出来れば、味噌味、醤油味など、応用範囲が広がります。

量は食べた分だけです。

もう一つご飯にも野菜、豆腐にも合う南蛮味噌もおまけ。

濃い目の味噌を用意、青トウガラシ、大葉を油で良く炒めて味噌、酒、砂糖を入れて焦げないように弱火で煮つめる。

北沢二丁目協和会 神谷 良男

施設紹介 「きたっこ」

代田児童館北沢子ども居場所支援事業として、旧北沢小のBOP室に開設されました。

利用できるのは、小学生なら誰でも可、中高生はボランティアの意志のある人です。

開設時間

月曜～金曜：13～18時

第二土曜日：11～18時

春夏冬休み：9時30分～18時

お休み 日曜日、祝日、年末年始、土曜日(第二土曜除く)

遊びに来る前に

一度家に帰ってランドセルを置いてから、遊びに来る。

帰る時刻をおうちのひとと約束してこよう。

持ち物・靴には名前を書く。

その他

・校庭が使えるときは、外遊びもできます。

・毎月発行の『きたっこ通信』

生姜を作り、焼いた野菜を皿に盛り、生姜醤油、焼き汁をかけて、熱いうちに召し上がれ。

塩、コショウは足りなければその時に調整してください。これが出来れば、味噌味、醤油味など、応用範囲が広がります。

量は食べた分だけです。

もう一つご飯にも野菜、豆腐にも合う南蛮味噌もおまけ。

濃い目の味噌を用意、青トウガラシ、大葉を油で良く炒めて味噌、酒、砂糖を入れて焦げないように弱火で煮つめる。

北沢二丁目協和会 神谷 良男

には、楽しい行事の企画がいろいろ載っています。たとえば、短時間で仕上がる手作り工作、季節のイベントなどあります。

・詳しくは、電話FAXとも03・3468・3185

古着古布回収のお知らせ

北沢地区町会連合会・北沢地区ごみ減量リサイクル推進委員会主催

●12月8日午前10時から正午北沢タウンホール 北口駐輪場

地域の皆様の暖かいご協力に厚くお礼申し上げます。

○社会福祉協議会

件数 一、〇九六件

金額 八六三、一一〇円

◆季節は正直なものでコゲつくような暑さも陰をひそめました

◆さあ戸外へ出て身体を動かして冬への備えをいたしましょう。

編集後記

◆季節は正直なものでコゲつくような暑さも陰をひそめました

◆さあ戸外へ出て身体を動かして冬への備えをいたしましょう。

町会長紹介

北沢中央自治会

上野 民雄

