



103号

あいさつで親しみ
広がるまちづくり

発行日：令和4年1月1日
発行：成城地区身近なまちづくり推進協議会
ミニコミ紙編集部会
事務局：成城まちづくりセンター
(TEL：3482-1348)



都立 石占公園

普段何気なく癒やしを求めて沢山の方々が利用している石占公園。もとはゴルフ場だった地形を活かし、芝生、植物、立派な木々が多い都会のオアシスに出かけてみました。

①バードサンクチュアリ
観察台の窓から
湿地植物、野鳥、
池が見えます。

⑤世田谷美術館
公園の一角にある
開放的な美術館
お友だちとお散歩がてら
行ってみては?!

⑥梅林
開園当初からある50本ものウメが
整然と並んだ一画。
昨年はロウバイが1月中旬頃咲いていました。
⑦みんなのひろば
車いすでも安心。遊具も工夫され、障がいの
有無に関わらず誰でものびのび遊べる広場です。

手前の花壇に
サルビア・キク
コウテイダリアなど

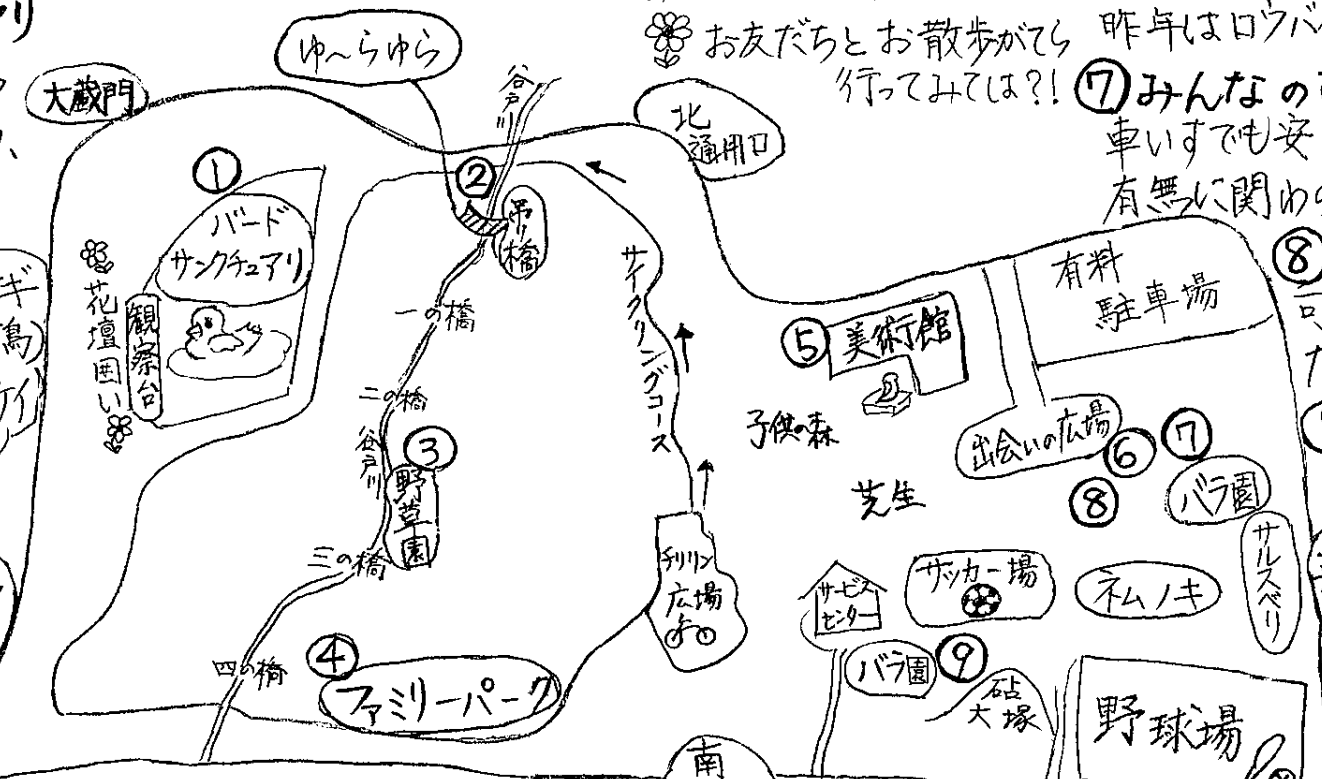
カルガモ・コサギ
シジュウカラ・ジョシツバメ
会えるかも?!

②吊り橋

南北に貫流する「谷戸川」の
上流に架かる珍しい吊り橋
以前は緑色の吊り橋
2011年に現在の
吊り橋へ
橋の近くには
「ウラウラ郷土賞 銘板」
谷戸川浄化施設があり
ポンプでくみ上げて流している

③野草園

三の橋近くにある見落としがち!!
四季折々の野草に出会えるかも!?
イヌホオズキの花が咲いてました。



④ファミリーパーク

世田谷区屈指のサクラの名所。
広々とした空間に巨木が数しれず、
枝葉はのびのびと地面に着く程垂れ下がり、
街のサクラとは違う目線で花が見られます。

⑧きめた焼

可愛くて、美味しい!!
たぬきの焼印入り。

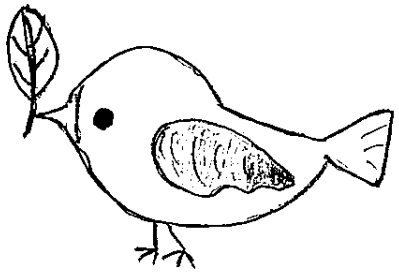
⑨石占大塚

古墳のような小高い丘は
祭壇を復元移設したもの。

正門から入ると...
サルスベリやねむノキの
巨木に圧倒されます。

<成城学園前駅からのアクセス>

- バス 渋谷行「NHK技術研究所」下車5分
- バス 都立大行「区立総合運動場」下車すぐ
- 徒歩 大蔵門まで 徒歩25分

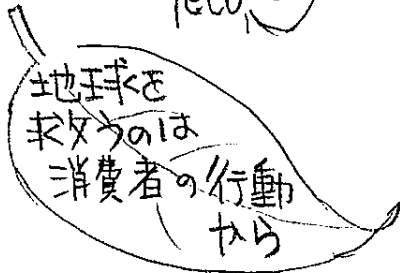
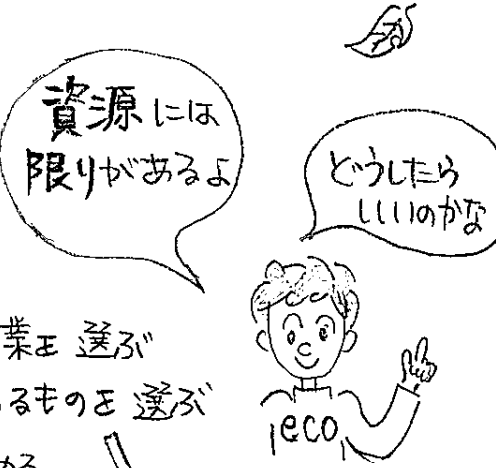


成城から歩いて3,000歩強。意外に近く感じました。
四季折々の自然が楽しめる石占公園。公園内を紹介した「五感まっぷ」をサービスセンターでもらうことができます。
いろいろな楽しみ方でいざお散歩へ!!

エシカル消費ご存じですか？ 減量リサイクル推進委員会

年に1回生活に身近なテーマで研修会を開催しています。
 今回は石井修テーマに“エシカル消費”をとりあげました。
 エシカル消費とは・・・人、社会、環境に配慮した消費行動です。
 私たちが身近にできることは何でしょうか？

- もったいない
 - 長く使える物を選ぶ
 - 必要のない電気は消す
 - 買い物にエコバッグを使う
- 買い物
 - 地産地消の物を選ぶ
 - 環境に配慮した商品や企業を選ぶ
 - 食べ物は陳列棚の手前にあるものを選ぶ
- 社会参画
 - 周りの人にエシカル消費を広める
 - 企業に消費者の声を届ける
 - 地域の社会貢献活動に参加する



研修最後に参加者で私たちが取り組めることとして、上記マークのついた商品を買う、子ども世代や仲間などまわりに伝えていくという意見が出ました。
 委員会でも10月30日に古布回収活動を行い4,390kg集めることができました。ちょっとした思いやりがエシカル消費につながります。みなさんもぜひ心がけてみてください。

おいしい健康講座 レシピ編⑤

骨つき鶏肉と大根の煮込み 4人分

- ① 鶏肉骨つきぶつ切り 600g
水洗いして水気をよく拭く
- ② 大根 1/2本 1cmの厚さの半月切り
- ③ なべに油少々熱し、①を表面にこげ目がつく程度に炒め、かぶる位の水を注ぐ
- ④ ③に大根を加え、強火でひと煮たちさせ、アクをとる。落としぶたをして大根に串が通るまで弱火で煮る。

しょうゆ 大3
酒 大1
さとう 小2

と加えさらに弱火で煮込む
味をみてくすねる位にやわらかく煮る。

大根は煮立った汁に入ると苦みが出ます

おいしい健康講座 レシピ編⑤

冬の大根。おいしいですね。季節の野菜をたっぷり食べたいものですね。そして、筋力をつけるお肉やお魚もバランスよく摂りましょう。

寒いからという理由で、家の中の時間が多くなりますが、思い切って散歩に出ませんか。成城には、それぞれ名前がつく坂がたくさんあります。坂めぐりはいかがでしょうか？

(みちまち健康部会)

2021 成城街なか写真館

11月に『2021成城街なか写真館』イベントがありました。ミニコミ紙『みどりの風Seijo』がコラボをし、成城コルティ2Fには、たくさんのミニコミ紙が昔ながらの写真とともに掲示されました。多くの方々が見とめてじっくりと見てくださりミニコミ紙を知っていたと良い機会になりました。

主催：成城商店街振興組合 協力：成城コルティ

みちまち活動予定

2月10日(木) さぎ草講習会

3月15日(火) 歩行会 (喜多見方面を歩きます)

※自治会報『砦』と区広報板で募集します。

コロナ・インフルエンザ・ノロウイルスなど
 基本的な感染対策を徹底していきましょう！
 マスク 手洗い 忘れずに