

なばりんく



福祉まちづくりセンター『おもちゃばこ』

まちびと探し 今月の まちびとさん



個人ボランティア
みき あきこ
三木 章子さん

色とりどりの衣装をまとったお雛さまの作り方を皆さんに優しく丁寧に教えながら、笑顔で今までの経験談を話す三木さん。宝塚市で阪神大震災を経験し、名張に転居したときに「何か人のためになることをしたい」と、得意な手芸でボランティアを始めたという。

小さいころから雛人形が大好きで、自分でアレンジした手のひらサイズの雛人形を作り始めたことが活動のきっかけであったという。材料は、知人などからいただいた、帯や着物を利用して年に数千点は作成するという。「たくさんの方に協力していただいて、みんなが雛人形づくりの強い味方!」と話す。

三木さんのつくる雛人形には独特の優しさがあり、作り方を教えてほしいと尋ねる人も多い。講習会で親子連れや家族で参加してくれる人を見ると「嬉しくなる」という三木さん。「このお雛さまで、いろんな世代の人が楽しんで、繋がったら嬉しいね」とにこやかに話した。

(写真は三木さんが作ったお雛さまです。)



地域ピックアップ!

錦生地域<<錦生自治協議会>>



販売価格
味しめじ 1パック 180g 250円
問合せ
木の子の里錦生生産センター
月～金 9時～16時 TEL:64-0044

高齢化率が高い錦生地域では、平成24年9月から高齢者の生きがいづくりと引きこもり予防を目的に、公民館の敷地内で味しめじ(ハタケシメジ)の栽培を始めました。現在は、廃校になった旧錦生小学校の給食室を栽培施設として、しいたけ、ひらたけ、きくらげの栽培も行っています。施設は市の補助金を受けて、温度湿度管理ができる設備を作り、質の高い品質を維持しています。

また、錦生地域住民に年2回菌床(きんしょう)を配布し、自宅できのこを栽培してもらい、栽培したきのこをセンターで買い取りをされていて、協力者は25名となっています。誰でも手軽に出来るきのこ栽培は高齢者の生きがいになっていて、集まる機会があるときのこ栽培という共通の話題で盛り上がり、地域住民のコミュニケーションツールにもなっています。

地縁法人錦生自治協議会木の子の里錦生生産センター部長の山中俊三さんは、「錦生地域が活性化するために、これからは販路を拡大し、ゆくゆくは加工食品(佃煮等)を作っていきたい。」と力強く話してくれました。

サロン活動紹介



国津地域<<奈垣サロン>>

奈垣サロンは、奈垣、羽根、神屋地区の65歳以上の高齢者が集まり、孤立化防止や、仲間作りを目的として開催されています。毎月1回、みんなで声をかけあい、気軽に集まり、まちの保健室さんなどの協力を得ながら、ワイワイガヤガヤ楽しく行われています。

11月12日(水)に開催されたサロンでは、まちの保健室さんによる、入浴中の事故に関する話や、ことわざクイズを行いました。クイズでは、「難しいけど、頭を使うからいいな～」などの声が聞かれました。

参加者にお話を伺うと、「毎月1回の開催だが、本当に楽しみにしている」「おしゃべりすることでストレス発散に繋がっている」という声が聞かれました。

また、今後の目標を伺うと「100歳までみんな元気でサロンに来ること!!」と笑顔を返してくれました。

代表の岩崎さんは、絆を大切にこれからも楽しく活動を続けていきたいと話してくれました。



【開催日時】毎月1回・サロン開催日に次月の予定を
決めます。13時～
【開催場所】奈垣集会所
【対象者】国津地域(奈垣、羽根、神屋)
の65歳以上の高齢者



福祉まちづくりセンター

イメージキャラクター決定！！

サンポーくん



10月11、12日に開催した、ふれあいフェスティバルの来場者にキャラクターを募集し、寄せられた118点の中から、みなさんの投票により福祉まちづくりセンターのイメージキャラクターが決定しました。名前は「サンポー」くんです。由来はオオサンショウウオの「サン」と、江戸川乱歩の「ぼ」からきています。

愛嬌のあるオオサンショウウオの顔、怪人二十面相のような帽子とマント、名張の特産品であるブドウをモチーフにした首元の飾りがチャームポイントです。

サンポーくんは、これから福祉まちづくりセンターのイメージキャラクターとして活躍します。応援よろしくお願いします♪

音楽工房



「きよしこの夜」

町のあちこちでクリスマスソングが流れています。どんな曲が聞こえてくるでしょうか？♪ジングルベル♪赤鼻のトナカイ♪もろびとこぞりて…色んなメロディーが町をにぎわせてくれています。綺麗に飾られたクリスマスツリーや、イルミネーションも、私たち大人の心もウキウキして楽しい気分させてくれます。サンタクロースさんは、大忙しのシーズンですね。

今回は“きよしこの夜”です。ドイツ語で書かれた原詩を、フランツ・クサーヴァーグラーが作曲しました。英語で書かれたのが“サイレント ナイト”で日本語の曲が“きよしこの夜”です。(詩：由木康。牧師・讃美歌作家)昭和36年から昭和63年まで小学6年生の音楽の教科書にも載せられました。一般家庭でクリスマスをお祝いするようになったのは、昭和25年頃といわれているようです。子どもたちにとって冬休みは、クリスマスやお正月と、楽しみがいっぱい！

大人にとっても、子どもやお孫さんに、プレゼントやお年玉をあげて、喜んでくれる顔をみる幸せもあるのではないのでしょうか？『クリスマス』 寒くて慌ただしい年の瀬ではありますが、心が暖かくなる行事ですね。

“みんなで唄いませんか”で一緒にホッコリしませんか？皆が幸せになりますように… メリークリスマス！！

12・1月の “みんなでいっしょに唄いませんか”

- 開催日：12月16日(火)
1月15日(木)
- 上記いずれも
- ◆時間：10:30~11:30
- ◆会場：名張市総合福祉センター
ふれあいホール
- ◆対象：市内在住の
子育て中の親子から
高齢者まで
- ※参加費無料・申込不要

介護者サロン “さくら喫茶”

- 開催日：毎月第3水曜日
- ◆時間：13:30~15:00
- ◆内容：小物づくりと茶話会
- ◆会場：福祉まちづくりセンター
(イオン名張店 3階)
- ◆対象：市内在住で、介護をされている方、介護についての悩みや相談のある方
- ※参加費無料・申込不要

名張市家族介護者の会「楓の会」のご紹介

名張市家族介護者の会「楓の会」は、家族等の介護をしている方、その家族の方や介護経験者が会員となって、交流会(食事会や日帰り旅行)や勉強会などの活動をおこなっています。交流会では、家族の介護をしたことのある方でないとならない悩みや気持ちを話し合ったり、日々の介護の励みとなるような楽しいお喋りをしています。興味のある方はお気軽に事務局までお問い合わせください。

事務局：名張市社会福祉協議会 (63-1111)



手づくりレシピ紹介

～サロンや地域の集まり、ご家庭で作ってみませんか～

『きのこのソテーサラダ』



- 材料(2人分)
- 味しめじ(はたけしめじ) ...100g
- えのき...50g
- エリンギ...お好みで適量
- ベーコン(かたまり) ...80g
- レタス...2枚
- お好みのドレッシング...60ml



レシピ提供・協力：木の子の里錦生生産センター 関連記事 2p

作り方

- (1)味しめじとえのきは石づきをとり、小分けにする。エリンギは長さ半分に切り、縦薄切りにする。
 - (2)ベーコンは拍子木切りにし、油をひかずにフライパンで炒めて(1)を加え、さっと炒め合わせる。
 - (3)レタスは食べやすくちぎって器に敷き、(2)を盛る。お好みのドレッシングをかけ、よく混ぜていただく。
- ※この写真はすりおろしオニオンドレッシングを使用しています。

名張のむかしを歩もう！

東町は以前八丁と呼ばれていました。私の知人が、「八丁の街の人は気楽で良いな」の口癖でいつも楽しそうにお茶を飲み、よもやま話に興じていた情景を思い出します。確か近鉄に勤められ、生きておられたら95.6歳で西か東田原に住まわれていたと記憶しています。現在の東町集議所に昭和39年廃線になるまで近鉄旧伊賀線八丁駅の存在があったゆえ東町を八丁とよんでいたと思われる。その時代の人達は上八町に分割される前の「八丁」が頭からきえなかったのではないかと想像します。経緯は分かりませんが八丁が分割され上下の上八町と下八町となるが下八町の住民が町の呼名に対して印象が悪く不満があり、時期は定かではありませんが東町に変更した、と聞いています。東西の八丁にすれば、地名が残った可能性あるのでは、と私は思います。写真は、現在の東町が間違いなく下八町であることを証明する町名看板です。



おきつもを語る会 杉本博資

協力：おきつもを語る会

(同会は、名張の昔について、見聞や体験で得た習慣、行事など座談会を通じて参加者と共に語り合い、資料にまとめ冊子にするなどして、多くの人に名張の歴史や文化を伝える活動を行っているボランティアグループです。)

発行：社会福祉法人 名張市社会福祉協議会

名張市丸之内79番地 名張市総合福祉センターふれあい内
電話番号 63-1111

福祉まちづくりセンター

ショッピングセンターリバーナ(イオン名張店)3階
電話番号 62-7388
ホームページ <http://www.nabarishakyo.jp>
発行部数：1,300部

《名張市内の中学校では、クラス掲示をいただいています。》

★地域福祉活動情報受付中！『地域で子どもや高齢者と一緒にこんな活動しています』『サロンでこんな活動しています』『地域でこんな福祉活動している人がいます』などなど・・・。情報をお知らせください。社協職員が取材に伺い情報発信していきます！

今回のなばりんくは2月1日発行予定です。