

心ふれあい SA吹田通信 第174号

発行 SA 吹田 ☎ 090-5015-8597 〒564-0072 吹田市出口町19番2号 ボランティアセンター内
ホームページ <http://sa-renkyo.sakura.ne.jp/active/suita/index.html> ブログ:心ふれあいSA吹田

SA連協北ブロック 歌体操交流研修会 SA吹田から4グループ出演



SA吹田 歌体操養成講座OB 新グループH&Sグループ



SA吹田 歌体操市民塾A



高大同窓会なでしこ



SA吹田 歌体操市民塾B

11月8日(水)13:00~16:00 高槻市現代劇場集会室 306号にて178名が集まりSA連協北ブロック歌体操研修交流会が行われた。SA吹田から4グループが参加し熱演を繰り広げた。特に歌体操養成講座終了生で結成した「H&Sグループ」が初出場ながら若さと元気さで存在感を示した。選曲もよく色鮮やかなユニホームも映えた。他のグループも長年培ってきた安定した演技で貫録

記 広報部 小川 忠夫
を示し圧倒する演技でした。SA連協の中でも、SA吹田の歌体操は藤川歌体操部会長、加藤講師、小桐特別講師と多彩な陣容で、リーダー的な存在として活動しています。吹田の中でも市民塾の研修会も毎年人数が増え、新しいリーダーも芽生えいく感があります。また高齢者介護施設での歌体操ボランティアの訪問施設も増え、参加者も毎年増えて活動も活性化しています。

国際交流部会活動報告

古江台小学校国際交流授業

日時 2017年10月24日(火) 3.4時限目と給食 国際交流部会 水本 信之

5年生2クラス82名とケニアからの留学生男子サミュエルガテリ、ミャンマーからの留学生男子パイカウパイとの「小学生と外国人との交流授業」を実施しました。留学生には3時間目と4時間目をクラス交代で担当いただき、日本語で自己・自国の紹介および質疑応答という形式で実施しました。両留学生には日本語の勉強、小学生には異文化経験という「ウインウイン」の交流授業ができました。生徒たちからは数多

くの質問が飛び交い興味も尽きないようにあった。最後に児童たちからの歌の披露と日本の遊び(けん玉・こま・あやとりなど)の紹介があり、留学生も一緒になって歓声をあげ興じていました。その後、日本の小学校の給食を体験、生徒たちが自分で用意し、また片付けるのを見て感心していた。教室を去る時は生徒たちが追いかけてきて最後まで名残惜しそうであった。

SA吹田参加者は、奥谷、黒川、水本。



福祉部会講習会報告

ハーブソルト講座

記 田原美佐穂

11月9日(木)「減塩をして生活習慣病の予防をしましょう」をテーマにハーブのお話と実際に食用ハーブを混ぜたハーブソルトを作りました。参加者18名。

講師はハーブ研究家の山口公子さん。山口さんはソルトだけでなくハーブ石鹸づくりなど幅広く活躍されています。当日は9種類のハーブを机の上に並べて、あらかじめ50グラムの焼き塩を入れたジブロックに好きなハーブを混ぜて作りました。用意された粉末のハーブはオレガノ、タイム、

バジル、ローズマリー、パセリ、コモンセージ、ローレル、チャブなど。それぞれが好きなハーブをまぜてオリジナルのハーブソルトを作って満足していました。ハーブティーも頂き、参加者の方々は楽しみながらハーブの勉強もでき手作りの物を持って帰ることができて楽しかった。このようなイベントを待っていました。と喜んでいました。福祉部会としても“楽しんで学ぶ”という念願がかなってうれしい思いです。



いのっこ祭 おもちゃ部会参加

いのっこ祭に参加して

新井 憲

(2017年11月11~12日(日) 10:00~15:30) 1日目は順調だったと聞いて少し不安な気持ちもありましたが昼休みの時間がとれるか心配になるほど2日目も9人のスタッフは大忙しとなりました。子供たちへ全てのおもちゃを作っているよという声かけもしているので次から次へと作ったおもちゃを親に預けては場所を移動していました。子供たちは 出来上がったおもちゃ

山田東 H26 入会 トイスクール吹田を“飛ばしたり“回したり”吹いたり“転がしたりして楽しんでくれました。また親たちも子どもたち以上に喜んでくれて現場を大いに盛り上げてくれました。おもちゃは風車・トンボ・ゴム飛行機・くるくるパンダ・ぶんぶんゴマ・UFO・玉乗りクマモン・種シャトル・UFO 離陸(びっくりゴマ)。作られたおもちゃ数は 360個。15時過ぎに材料切れで終了。お疲れ様でした。



グループ紹介 シリーズ2

「SA吹田おもちゃ作り市民塾」

記 小北 月子

- 1・設立 平成14年8月2日
- 2・設立趣旨 おもちゃづくりを通して、子どもの健全育成を図る。
小学校、公民館、など地域の世代間交流を行う
- 3・会員数 20名
- 4・活動紹介 吹田市まちづくり市民塾の第1期生として平成14年に設立。



イベント風景

開催日：毎月第2土曜日
10:00~12:00 但し8月は休み

開催場所：北千里地区公民館

連絡先：丹羽 史朗
T & F A X 06-6876-1437

現在に至るまで、北千里地区公民館をベースにして、毎月第2土曜日10:00~12:00例会を開き、新しいおもちゃの研修会を実施。おもちゃづくりのレベルアップを図り、幼稚園、小学校、公民館、図書館、コミセン、吹田市や地域のイベントなどおもちゃ部会と連携しつつ活動。年間 約50回
・毎月会報を発行 (研修会のレジュメを掲載)

随時 会員募集を行っています。是非見学にお越しください。

例会作品



例会風景



山一小学校 にぎやかネット





会員の広場



私のおもちゃ作り



川口 啓子 (片山 H27年入会 おもちゃ学校)

おもちゃ学校2期生です。幼児や小学生、高齢者を対象とした「作って遊べる」もの、その過程を楽しむものなど制作に時間や技術的な制約がある中で必要に迫られておもちゃ作りをしてきました。図書館に行く時間も、試作品を作る暇もなくなりレパートリーを増やしたい一心で学校へ…。今教える立場になったのは想定外でしたが、同じ志を持つ新しい仲間と月に一度食事をし、おもちゃ作りは無論いろんな話の出来る有意義で大切な例会となっています。心に残ったC教室での出来事を二つ。あの対応でよかったのかと気になっていた。ハサミで手を切った女の子と偶然病院の緊急受け

で会い、注意してみてあげられず、痛い思いをさせた事を伝えると”楽しかったのでまた行きたいと言っています”とお母さんが話してくださったこと。また作ったカメラが動かなくなって、つまらなさそうにションボリ立ったままの男の子に声をかけ一緒にあきらめずに何度もやり直し、トコトコと動き出した時は私も嬉しくて!! 終了後バス停で居た私が気づくまでお母さんといっしょに待っていたようで”ありがとう”の声とチョコんと頭を下げた姿に思わず胸が熱くなりました。どんなに忙しくてもこの教室はやめられない、続けたいと思っています。

私の健康法



松村 巴 (千里山 H26年入会 SA歌体操)

趣味で手品と洋蘭栽培を続けて10年が過ぎました。老いても心豊かに過ごすには何か熱中するものかと思っていたところ、歌体操に出会った。何事も健康であっての楽しみ!!? 歳にかなった運動。歌体操が高齢者に適した健康法であると実感、それ以降続けています。三年あまりの私ですが先生や先輩たちの演技に刺激を受けながら、脳の活性化に努めています。懐かしい歌に合わせた体操演技は脳トレにも適し、イベント大会の出演は緊張の連続、新しい演技には

中々覚えられず一苦勞です。高齢者にはとても良い健康法だと思っています。自主トレとウォーキングを行う反面、医者通いも忙しく検診は欠かせませんが歌体操のおかげで元気に過ごしています。SA吹田通信も毎回楽しく読んでいます。今回から通信の配布を手伝うことになりました。これも健康のバロメーターと思っています。ともあれ、好きなことが出来て自由に歩ける間は歌体操に専念し楽しみながら、これからも健康に邁進したいと思っています。

私の思い出



村上 正 (古江台 H18年入会 SA国際交流)

私が初めて海外へ行ったのは、昭和35年でアメリカに留学しました。私のごく親しい先輩に勧められて、大学の先生に推薦状を書いてもらって希望するアメリカの大学へ送ったところ、すぐに奨学金をあげるから来てよろしいという返事が来ました。それはその先生の御蔭であると非常に感謝しました。最初に行ったのはイリノイ大学で私の専門の河川工学について「開水路の

理論」と言う本を書かれた先生がおられるので、その講義を聞きたかったからです。しかし二年目は当時私がやっていた港湾工学を世界的にやっていたニューヨーク大学へ移り海洋学の勉強をしました。私は二年で一応帰国しましたがこの二年間で学問上のことだけでなく、アメリカ人の親切さ(アメリカン・ホスピタリティ)が身を持って感じ、国際交流の大切さを痛感しました。

私の今



大谷 三代子 (千里山西 H29年入会 SA歌体操)

歌体操を始めるきっかけは地区の公民館でチラシを見たことです。丁度半年ほど前、息子が悲しまないで「生きてや」の言葉を残して、癌で旅立ちましたので、心機一転しないと、息子の意志を無視する事になると重い腰を上げました。

体を動かし歌を唄うという、誰でもできる運動ですが無理せずとの、とっかかりから、今では月6回の予定は日常に取り入れています。高齢になるにつれて、殻に綴じ

込める傾向が、心身の老化につながるようですが、ありがたい事により刺激になっています。

多忙な人生ではありましたが、70歳を過ぎて体操や幾つかの趣味を通じて、多くの友達先輩と呼べる人達と出会い、お話しすることも、私にとって喜びになっています。出来れば、この状態を後10年、いや5年緩やかに続けていきたいと思っている今日この頃です。

私と阪神タイガース

土岐 剛三 (榎切山 H17年入会 SA地域)

阪神タイガースとの“つながり”の始まりは、小学生の頃でした。四国の我が家の隣にノンプロ球団(倉敷レイヨン)の選手寮があり、可愛がってくれていたお兄さんが阪神に入団しました。“投球にハエが止まる”と揶揄されましたが、その超スローボールで結構活躍しました。

その頃大阪で商売をしていた私の伯父も、同郷のよしみで自宅に招いたりして応援していたようです。数年後、建築材料の製造会社の採用試験を受けました。面接の時に、後に上司になった“虎キチ”の方から、「どこのプロチームのファン？」と聞かれ、私が阪神ファンだったのが採用の決め手になったようです。入社後の職場には、阪神フ

ァンが多く阪神電車の沿線でもあり、その上司や同僚達と甲子園によく通いました。余談ですが、のちにその方に仲人までお願いすることになりました。現在もお元気で、OBの集まり等でお会いしています。

私の出身校は幾度か甲子園に出場し、数人か阪神に入団しています。今年は阪神に入団して7年間“泣かず飛ばず”で、トレードを噂されていた後輩秋山投手が2桁の勝星を上げ、久し振りに応援に熱が入りました。10月17日に横浜に敗れシーズンは終わりましたが、楽しい年でした。

来シーズンも、また一喜一憂して晩酌が増えそうです。一方「たんぽぽ」では頑張っています。

私の今



上村 満子 (桃山台 H29年入会 SA歌体操)

私は歌体操を初めて1年が経ちました。仕事を退職して趣味もなく毎日家に居る生活でしたが、主人の勧めで歌体操を知ることができました。そこはご指導いただいているリーダー及び仲間達のおかげによりとても居心地のよいところです。何を初めても飽きっぽい私ですが今は先輩達を目標に続けていけそうです。続けていこうと思う一つとして年2回の発表会です。日頃の成果を皆さんと共に披露できる一体感に感動します。程よい緊張感が私の脳を刺激して

くれます。後一つは諸先輩たちが活動されているボランティア活動です。

まだまだ先の事ではありますが、これから諸先輩方々のお力を借りて、ひとつひとつ自分自身に習得して活動出来ていけたらと思っております。この場をかりまして楽しく活動できる歌体操の皆様にお礼を申し上げます。これからもご指導よろしく願います。

最後になりましたがSA吹田の益々の発展を願っております。

心ふれあいSA吹田 平成30年度総会予告

期 日 平成30年4月23日(月) 決定

場 所 吹田市立千里市民センター大ホール (阪急南千里駅すぐ)
 詳細は次号以降にお知らせいたします。

会員の広場の原稿投稿の件ですが提出先は次の所に FAX・メールで送信をお願いします。

広報部会 小川 E-mail : ogawatadaosasuita@yahoo.co.jp

☎ : 06-6388-3380

12月活動予定

SA吹田全般	時 間	内 容	担 当	場 所
12月6日(水)	10:00~12:00	おもちゃ部会	丹羽史朗	総合福祉会館第1会議室
12月8日(金)	10:00~12:00	役員会	藤川安高	アイステーションビル9F
12月8日(金)	12:30~13:00	福祉部会	沖村史生	アイステーションビル9F
12月11日(月)	10:00~12:00	広報部会	小川忠夫	SAハウス
12月18日(月)	10:00~12:00	歌体操部会	加藤昌子	夢未来館5Fリハーサル室
12月27日(水)	10:00~12:00	印刷/ブロック部会	小川・沖村	亥子谷コミュニティセンター
おもちゃ部会	時 間	内 容	担 当	場 所
12月2日(土)	14:30~16:30	おもちゃ箱・未来工作C教室	畑 貞造	夢つながり未来館
12月7日(木)	14:00~16:00	おもちゃ研究会	小川忠夫	夢つながり未来館
12月9日(土)	14:30~16:30	子ども工作B教室	新井 憲	夢つながり未来館
12月12日(火)	10:00~16:30	おもちゃ学校	小川忠夫	夢つながり未来館
12月16日(土)	14:30~16:30	子ども工作A教室	小川忠夫	夢つながり未来館
12月26日(火)	10:00~12:00	おもちゃ箱・未来 例会	畑 貞造	夢つながり未来館
12月23日(土)	14:30~16:30	子ども工作D教室	堀 忠昭	夢つながり未来館
福祉部会	時 間	内 容	担 当	場 所
12月1日(金)	13:40~15:15	高齢者疑似体験	沖村史生	竹見小学校
歌体操関係	時 間	内 容	担 当	場 所
12月12日(火)	10:00~12:00	歌体操 H&S グループ	加藤昌子	夢未来館5Fリハーサル室
12月26日(火)	10:00~12:00	歌体操 H&S グループ	加藤昌子	夢未来館5Fリハーサル室
市民塾関係	時 間	内 容	担 当	場 所
12月5日(火)	10:00~12:00	歌体操介護予防市民塾	加藤昌子	夢未来館4F 会議室①②③
12月9日(土)	10:00~12:00	SA吹田おもちゃづくり市民塾	丹羽史朗	北千里公民館
12月19日(火)	13:30~15:30	エコおもちゃ作り市民塾	小川忠夫	SAハウス
12月19日(火)	10:00~12:00	歌体操介護予防市民塾	加藤昌子	夢未来館5Fリハーサル室

【編集後記】

歳を重ねるうちに心身が衰えていく「フレイル」という文字。適度の運動を怠らず栄養と筋力を付け脳も刺激しつつ、ボランティア活動を続けていきたいものです。 Y・F