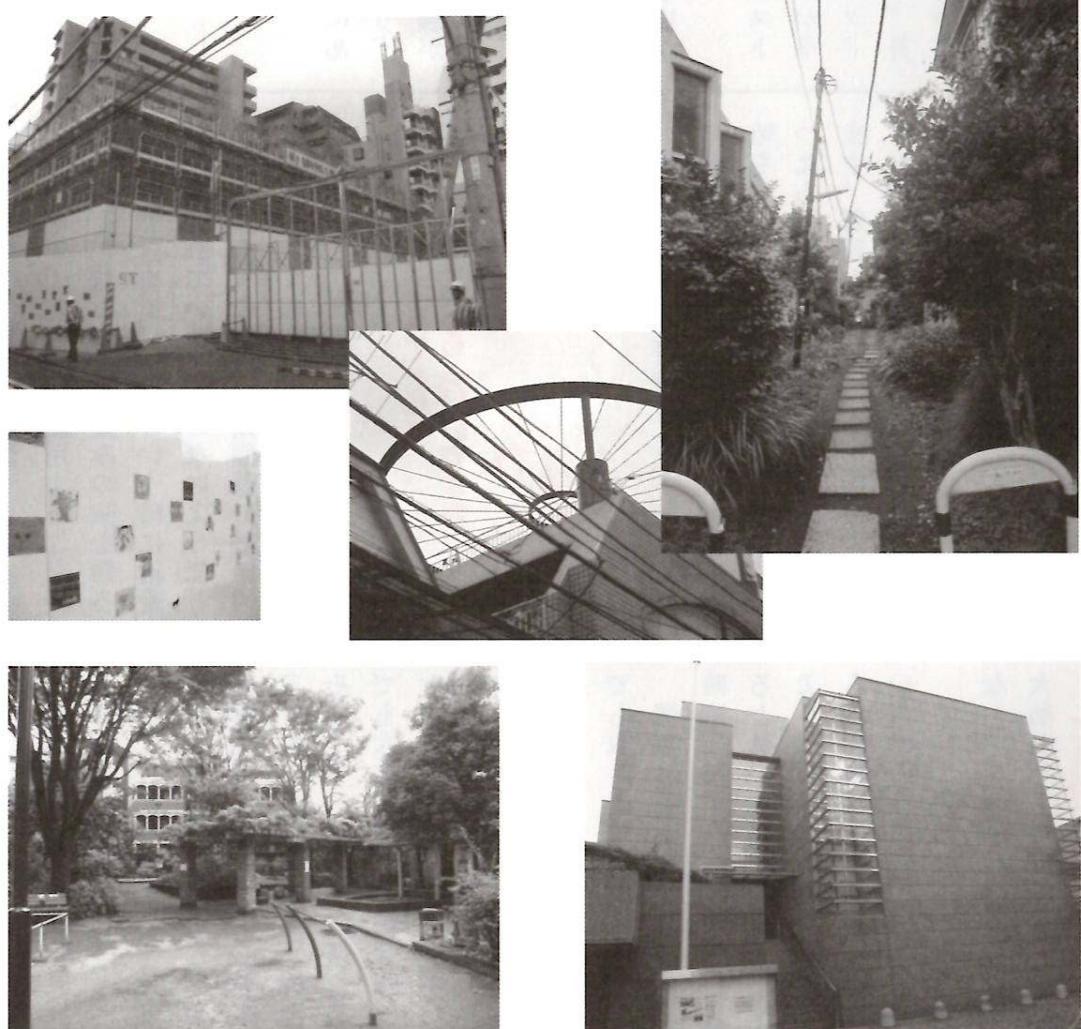


ほっとたうん

編集発行 牛込簗箭地域センター管理運営委員会 広報部ほっとたうん編集委員会
平成28年10月発行 住所 新宿区簗箭町15番地 電話(3260)3677 fax.(3260)3324
牛込簗箭地域センターホームページ <http://www2.odn.ne.jp/~hak34780/>



牛込北町、中町、南町の

家々、学校、公園、路地・・緑の多い町並み。
歩くたびに気持ちのよい場所です。

簗箭地区コミュニティースポーツ大会

日時 11月20日(日) 午前9時~

場所 牛込第一中学校体育館

競技 ユニカール、輪投げ

ビーチボールバレー

*血管年齢の測定、ボッチャや、
スポーツ吹き矢の体験もできます。

当日申し込みもできます。

問い合わせ先 牛込簗箭地域センター

3260-3677

FAX 3260-3324



問い合わせ先 牛込簗箭地域センター

3260-3677

FAX 3260-3324

地域レクリエーション2016

牛込第一中学校、牛込第三中学校の生徒
が企画、運営するミニ運動会、模擬店等、
牛込第三中学校の校庭で開催されます。

日時 11月3日(木) 午前9時~

場所 牛込第三中学校校庭

防災関連の競技 煙体験

産地直送の野菜販売もあります。

*雨天の場合は体育館(上履き持参)

問い合わせ先 牛込簗箭地域センター

3260-3677

FAX 3260-3324



たんすの引き出し



牛込簗箭地域センターまつり

平成29年1月22日(日)に開催されます。

今回も楽しいイベントを企画し、多くの
方のご参加をお待ちしています。



ハロウィンキッズコンサート

0歳児からの歌って踊れるコンサート
です。どなたでも参加できます。

“ハロウインの仮装をして楽しんでね”

日時 10月30日(日)

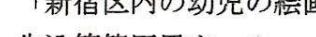
午後1時30分~3時

午後1時~4時

「新宿区内の幼児の絵画展」

場所 牛込簗箭区民ホール

主催 牛込簗箭更生保護女性会



第50回たんすサロン

講演会 「食べる」を考えてみましょう！

日時 平成28年12月1日(木) 午後1時30分~3時30分

場所 牛込簗箭地域センター 4階 バラA B

講師 川口 美喜子医学博士(管理栄養士)

募集人数 簗箭町管内 在住、在勤の方 30名

参加料 無料

申込期間 11月15日(火)~11月25日(金) 地域センター事務局

3260-3677

主催 牛込簗箭地域センター管理運営委員会

FAX 3260-3324

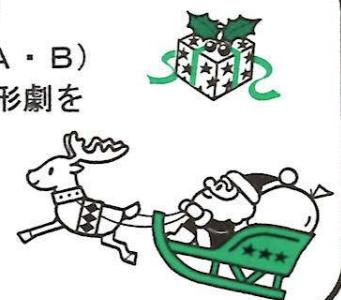




12月のみんなの部屋はお休みです

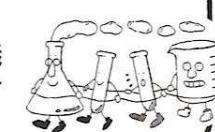
クリスマススペシャル

12月18日(日)13:00~16:00 地域センター(バラA・B)
 お兄さん、お姉さん達と一緒にゲームやグッズ作り、人形劇を
 楽しみましょう！ ケーキ、紅茶もできるよ。
 申込期間 12月5日(月)~12月15日(木)
 申込場所 地域センター事務局まで
 募集人数 50名 (定員になり次第締め切ります)



かんたん理科実験

(バラB) 時間10:00~11:30
 ボランティアのお兄さんお姉さんが、楽しい
 理科実験やゲームを教えてくれます。予約はい
 りません。無料です。対象は小、中学生
 * 10月15日 音を出そう
 * 11月19日 水の不思議
 * 12月 お休みです
 * 1月21日 熱の実験



囲碁入門こども教室

(つつじ)
 講師 日本棋院普及指導員
 受講料 無料 予約不要
 時間 10:00~11:30
 初心者にもやさしく
 教えてくれます。
 友達とゲーム感覚で
 参加してみませんか。
 親子でも参加できます。



料理を作りましょう♪

トマト (調理室) 時間9:30~12:00

月 日	メニュー (担当)	申込日 締切日
10月15日 (土)	そば飯、ワンタンスープ デザート (保護司会)	10月1日(土) ~13日(木)
11月19日 (土)	お好み焼き、スープ デザート (民生児童委員)	11月6日(日) ~16日(水)
1月21日 (土)	とり手羽先の甘辛煮、ワンタンスープ 八宝菜、タピオカ入りココナツミルク (更生保護女性会)	1月8日(日) ~18日(水)

メニューが、変更になる場合があります。 応募者が4名以下の場合、中止します。

【みんなの部屋共催団体】

牛込篠笛地域センター管理運営委員会・篠笛地区青少年育成委員会・篠笛管内町会連合会・新宿区保護司会神楽坂分区
 新宿区更生保護女性会・篠笛町地区民生児童委員協議会・牛込母の会・学生ボランティアネットワーク～ふあみりあ～

ご存じですか？

災害時に備えて

ローリングストック法

今年もあちこちで地震が頻繁になりますね。四月には熊本地震もあり、私たちの住む東京でもいつか大地震が起ころのではないかと考えているのは皆さん同じだと思います。非常用持ち出し袋・防災用品・備蓄品等、家庭や職場で既に用意されている品々の使用期限は確認していますか？保管の場所や仕方はどうなさっていますか。

備蓄の方法として『ローリングストック法』があります。ご存知ですか？「ローリングリ回転」と「ストックリ蓄える」を組み合わせた言葉です。普段から買い置きしている食品を古い順に使い、減った分を買い足して新しい物を補充する方法です。備蓄品を期限

切れにせず、定期的に使用することで家族がその味に慣れ、好みの味を知ることができます。いざという時に消費期限が切れていることのないようとの考え方から、今では長期備蓄の効果的な方法として報道でも取り上げられています。

…電気ケトルも
あるといいですね。



大地震等の災害時は必ずしもすぐに避難するとは限らず、家で待機する時もあります。そんな時は、停電になつたら冷蔵していた生鮮品から消費します。普段から保冷剤を冷凍庫に入れていおいて、停電後は冷凍庫で食品を冷蔵保存します。そして備蓄品の出番です。ではどのぐらい用意しておいたらよいのでしょうか？備蓄量は家族の人数

×四日分以上といわれています。さてどんなものを？内容はカップ麺（ノンフライもあります）やパックご飯・レトルト食品・缶詰・お菓子やバランス栄養食品・水等です。水は一人につき三リットル必要（飲料・調理）ですが、そのうち一リットルはお茶やジュースでも大丈夫です。備蓄品の保存は収納ケースに入れ、階や部屋に分けておくことをお勧めします。他に調理に欠かせないのがカセットコンロやガスボンベ、これらは一つの袋に入れて暗い中でも取り出せる所に置きましょう。

備蓄品を普段の食事にとり入れる時は、お子さんに調理法を教えてあげると良いと思います。災害はいつどのような時に起こるかわかりません。物も人も準備をしておくことで、いざという時の心構えができます。

ローリングストック法、災害時にならず、買い物に出られない時にも大助かり！皆さん、試してみませんか。

ご近所とのお付き合いも、
無形の備蓄ですね！

愛日小学校

昨年、創立135年を迎えた伝統ある小学校が、大きく変わろうとしています。全校舎建て替えが始まり来年2月の完成にむけ、今着々と工事がつづけられています。愛日小学校の完成により、北町付近の様子が、どのように変化するか楽しみです。

中町公園

立派な藤棚(パーゴラ)には、7月に訪れたのに藤が咲いていて、そら豆に似た長い豆もたくさん下がっていました。地域の方々にお手入れされ、いつもきれいなこの公園には防災用井戸やボツボツのついた、コンクリートの丘のような場所があります。遊具でしょうか…?



鏡とガラスのショールーム

おしゃれな鏡とガラステーブルが展示されています。あなたの魔法の鏡が見つかるかも。

アスク新宿南町保育園

(新宿区認可保育園)

エメラルドグリーンの屋根の3階建て、明るい雰囲気の保育園です。道路から中は見えないよう配慮されています。園で栽培したツルムラサキを収穫して食べたり、おやつのとうもろこしの皮をむいたり…そら組、ほし組、うみ組の子どもたちは自然と仲良しの園生活を送っているようです。



新宿区立あいじつ子ども園

愛日幼稚園と中町保育園が一つになって、平成22年4月、新宿区で2番目の認定子ども園「あいじつ子ども園」がオープンしました。0歳から就学前までの子どもたちが地域に見守られながら、通園しています。土の園庭で元気に走り回る子どもたちの歓声が聞こえるだけで、幸せな気分になりますね。



中町図書館(地下)・地域交流館(2階)・児童館(3階)

区内で1番小さな図書館ですが、あたたかみがあり居心地の良さも1番と皆様に親しまれています。神楽坂に関する本の多さでも定評があります。60歳以上の方々の集まる交流館では中町げんき体操会やパソコン教室等、児童館では一輪車やドッジボール等、色々な講座や遊びが用意されています。



牛込北町、中町、南町辺り

三本の平行した道

牛込北町交差点から牛込中央通りを市谷方面に歩くと、東側に三本の真っ直ぐに伸びた道がある。順に北町、中町、南町が平行している。

「昭和三十二年にここに越してきた時は、中町から牛込三中に向かって富士山が見えたんだよ」と聞かされ、へえーと驚く。

大きなお屋敷があった名残だろうか、途中に横道がなく、隣りの通りに行くには大まわりしなくてはならないのがちょっと不便ではあるが、マンションに建て変わったところも、あまり高層ではなく町並みがまとまっている。ただ通りすぎるのではなく、ゆっくり歩いてみるとおしゃれな建物やお店など新しい発見があつたりする。



「どこに続くのかな木のトンネル」

森の中を行くような、木のトンネルを見つけました。通る人は、ワクワクしながらくぐっていることでしょう。でも、後日もう一度行ってみたら木々が剪定されて、スッキリしていました。

また、木が茂ってトンネルになると良いなあ。

「苔玉?」

塀の上に苔玉の様にこんもり茂った植物がありました。青々とした緑で、思わず触ってみると、ビロードの様でした。





箇箇地区協議会「地域の絆分科会」では、恒例の「ふれあいひろば」を設けました。コマ回し、折り紙、けん玉、あやとりなどの昔あそびを、子どもも大人も世代を超えて楽しんでいただき、交流を深めることを目的としています。

昔あそびの先生には、地区協議会委員に加え、民生委員・児童委員6名の方々に参加していました。先生方の「わざ」を見て、参加した子どもたちもとても喜んでいました。

昔あそびに参加し、さらに粘土団子作りを体験した子どもには、お菓子を配りました。また、来場者の方々がお茶を飲みながら、和やかにおしゃべりを楽しむ姿も見られ、地域のみなさんの交流を深めることができました。



けん玉出来るかな？

折り紙はここをこう折って

お手玉って楽しいね！

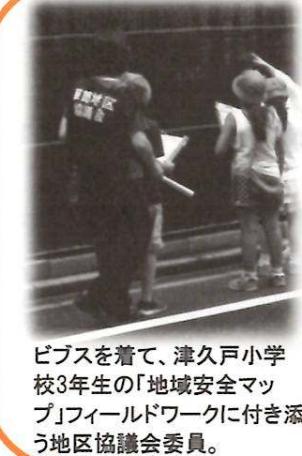


自転車シミュレーターで、楽しく交通安全の啓発をしました！

「地域の絆分科会」では、近年、自転車による事故が多発している現状を受け、交通安全教室の場を設けています。実際にペダルを踏み、ハンドル操作をしながら、交通ルールとマナーを学ぶことのできる「自転車シミュレーター」を、株式会社ホンダカーズ東京中央の協力で設置し、大人も子ども多くのみなさんが体験しました。



二千二年までの予定です。二千二年までに、地域の交通事故を少しでも減らすために、地域の協議会が主催する「カーブミラー清掃」を実施しました。これまでに区道にあります。地域の安全マップフィールドワークに付き添う地区協議会委員。



活動用のビブスを作りました。



(このページは、箇箇地区協議会が担当しています)

たんす緑と花のまちづくりフェア2016

- ご来場ありがとうございました！ -

平成28年9月25日（日）に、箇箇地域の緑化推進を目的とする「たんす緑と花のまちづくりフェア2016」を開催しました。このフェアは、牛込箇箇地域センター主催の「UTCオステージ」と今年で6回目の同時開催となりました。今回の「輝く箇箇」では、当日の様子を中心にお伝えします。



第18号
箇箇地区協議会

[問合せ]
箇箇地区協議会事務局
(箇箇町特別出張所内)
☎03-3260-1911



写真展は、地域センター1Fで、10月末まで開催中。

「家庭でも楽しめる野菜の水耕栽培講座」&写真展

箇箇地区協議会「緑化推進分科会」では、今年も都市緑化専門家の小山隆一先生を講師に迎え、緑化講座を開催しました。来場者のみなさんに花苗とかいわれ大根の種をプレゼントし、楽しく気軽にできる緑化活動を呼びかけました。

また、緑や花によって映える地域の景観を写真に収め、「たんすみどりのある風景」と題し、地域センター1FのUTCギャラリーに展示しました。



粘土団子で緑化体験

粘土団子は、草花の種を混ぜ込んだ粘土を団子状にしたものです。水や肥料をあげなくても、土の上に置くだけで芽を出すことから、砂漠の緑化活動にも使われています。

手軽にできる緑化活動として、箇箇地区協議会がこの粘土団子を紹介するようになって5年目になります。



仲良くコロコロ
粘土団子作り♪～



★粘土団子ワークショップにご興味があれば、地域の学校等に出向きます。
問合せは上記事務局まで。

他にもこんな楽しいコーナーが…



地元のお花屋さん



木のペンダント工作



大人気！群馬県沼田市の産直販売

(このページは、箇箇地区協議会が担当しています)