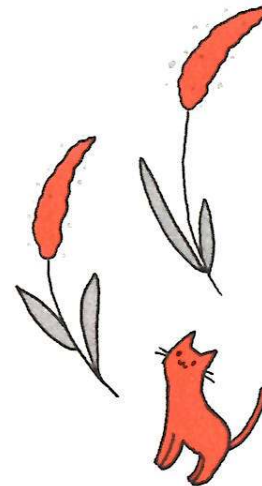


ほっとたうん

編集発行 牛込笹笥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30年10月発行 住所 新宿区笹笥町15番地 電話 (3260) 3677
fax. (3260) 3324
牛込笹笥地域センターホームページ <http://www.usbigometansu.com/>



神楽坂の小道 石畳



軍笥地区コミュニティー スポーツ大会

日時 11月25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
問い合わせ先 笹笥町特別出張所
☎ 3260-1911 FAX 3235-7121

*足指力測定や、ポッチャの体験もできます。
(上履き持参)
当日申し込みもできます。



地域レクリエーション 2018

笹笥青少年育成会が主催し、牛込第一中学校、牛込第三中学校の生徒が企画、運営する行事です。ミニ運動会、防災訓練の競技、模擬店、産地直送の野菜販売、音楽会(体育館)等、牛込第三中学校の校庭で開催されます。
日時 11月3日(祝) 午前9時～
場所 牛込第三中学校校庭
*雨天の場合は体育館(上履き持参)
問い合わせ先 笹笥町特別出張所
☎ 3260-1911 FAX 3235-7121



牛込軍笥地域まつり

平成31年1月20日(日)に開催されます。
詳しくは「ほっとたうん1月号」
(1月10日前後発行予定)をご覧ください。



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。
日時 10月28日(日)
午後1時30分～3時
※新宿区内の幼児の絵画を
午後1時から4時まで展示します。
場所 牛込笹笥区民ホール
主催 新宿区更生保護女性会



センターだより

☆新しい職員さんが入りました
夜間職員・・・上野さん
補助職員・・・久保田さん、早乙女さん

第58回たんすサロン

「布を使ったコサージュ作り」

日時 平成30年11月29日(木) 午前10時～12時
場所 牛込笹笥地域センター 4階 バラB
講師 手芸同好会の皆様
募集人数 20名 笹笥町管内 在住、在勤の方
参加料 無料 材料は主催者側で用意します
申込期間 11月13日(火)～11月24日(土)
申込み場所 地域センター事務局 ☎ 3260-3677 FAX 3260-3324
主催 牛込笹笥地域センター管理運営委員会





先日、義理の妹の結婚式があり、娘と一緒にジャズを奏するという余興の大役を果たしました。私は高校時代から二十年来やっているサクソ、娘は幼少から習っているピアノです。ジャズ風なアレンジ曲でもあり、娘にとっては経験したことのない和音とリズム感が難しく、二人でたくさん練習を重ねました。本番では大きな拍手を頂き、娘は感激のあまり泣いてしまいました。

娘とジャズ共演

東五軒町 奥田 善則

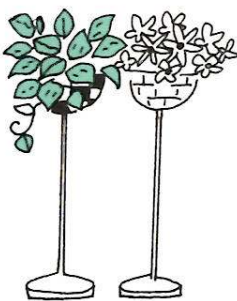
楽しんでます

そもそもジャズはアフリカ系のリズムがルーツと言われており、二十世紀に入りアメリカで西洋楽器と融合し、一つの音楽にまで成長しました。

日本では演歌に代表されるように四拍子の一、三拍目で手拍子を叩いてリズムをとりますが、ジャズは二、四拍子目が強調され、それが軽快で踊りだしたくなるような感覚を生み出します。

ピアノの和音も、単純なドミソの和音だけでなく、時には不協和音のような組み合わせが心地よいジャズっぽさを生み出したりします。またジャズはアドリブも醍醐味です。ピアノ、ベース、ドラムにトランペットやサクソスといった管楽器の編成が代表的ですが、お互いが会話するように刺激し合って即興を織りなします。

私もそのジャズはアフリカ系のリズムがルーツと言われており、二十世紀に入りアメリカで西洋楽器と融合し、一つの音楽にまで成長しました。日本では演歌に代表されるように四拍子の一、三拍目で手拍子を叩いてリズムをとりますが、ジャズは二、四拍子目が強調され、それが軽快で踊りだしたくなるような感覚を生み出します。ピアノの和音も、単純なドミソの和音だけでなく、時には不協和音のような組み合わせが心地よいジャズっぽさを生み出したりします。またジャズはアドリブも醍醐味です。ピアノ、ベース、ドラムにトランペットやサクソスといった管楽器の編成が代表的ですが、お互いが会話するように刺激し合って即興を織りなします。



避難所

大きな地震が発生した際、テレビで避難所の映像をご覧になった方は多いと思います。あなたは避難所のことについて日頃から確認していますか？

箒笥地区内の避難所ですが、地震発生時に避難所として指定されているのは、次の4カ所になります。「津久戸小学校」「愛日小学校」「牛込第三中学校」そして「牛込第一中学校と市谷小学校」です。牛込第一中学校と市谷小学校は2校で一つの避難所となっており、避難者はまず牛込第一中学校に避難することになります。

どの避難所に避難するかは、原則として町会・自治会の区割りで指定されています。お住まいの地域に

よっては、箒笥地区外の避難所になっている場合もあるので、必ず調べておきましょう。



各避難所は新宿区内で震度5弱以上の地震が発生した際に開設されます。しかし、住居に大きな被害がなく、住居の周囲で火災が発生するおそれもない場合は、わざわざ避難所に避難する必要はありません。避難所は地震やその火災により、住居に住めなくなった方が避難する場所です。避難所に避難せずに済むように、住居の耐震化や家具の転倒防止など、日頃の備えがとても重要です。

避難所は町会・自治会の方々が中心になって運営を行います。避難所では年1回、町会・自治会を始めとした地域の皆さんがあつまり避難所の開設訓練や仮設トイレなど防災資機材の操作法訓練を行っています。東京でもいつ大地震が発生してもおかしくありません。避難所を支えるのは地域の皆さんの力によります。「ほっとたうん」をご覧の皆さんもぜひ各避難所の訓練に参加しましょう。訓練の日程については箒笥町特別出張所 ☎(三三二六〇) 一九一ーにお尋ねください。

*今回は地震発生時の避難所について、話しました。水害時の避難所は出張所で配布している「新宿区ハザードマップ」などで、ご確認ください。区ホームページでも確認できます。



私と娘の結婚式での演奏は、プロミュージシャンのように洗練されてはいませんが、ジャズアレンジが聞く人の意識を引き付け、一生懸命さが伝わって感動を与えたのだと思います。また、私は趣味としてジャズを聴くことも大好きです。マイルスデイビスやジョンコルトレーンなどの名盤を聞くジャズの歴史を感じます。昔にタイムスリップしたような感覚になります。CDを聞いているとその世界に集中させられ、一音一音から呼吸まで自分と一体になるように感じます。日頃はテレビや車やいろんな音に囲まれて生活していますが、時には大好きなジャズを聴いてリフレッシュします。皆さんも知らず知らずの内に、テレビドラマの一シーンやレストランなどでジャズを聴いているものですが、ジャズだけに耳を傾け、その醍醐味に触れてみて、新たな音楽の発見をしてみませんか。

森戸記念館

東京理科大の卒業生森戸氏の寄付で平成14年に建てられました。「入ってもよいのかしら?」と思いきや...どなたでも入れます!中には会議室や『坊ちゃんとマドンナちゃんのこどもえほん館』があり「科学と人間の交流の場」を目的にしているそうで公開講座もしているようです。国内外から皆さんが集まる施設ですが、入口は思わずハッとするような「和」の趣!さすが神楽坂の小道にある会議室。

地域の人たちにも利用してほしいとの配慮で、期間限定の催しも。地元神楽坂のおかみさん会の展示も。『...えほん館』では理科に関するものも含め、1000冊も!大人には泉鏡花の全集がおすすめ。ソファもあってゆっくり読書もできそう。宇宙に行った?ガラスの球体も置いてある、面白い記念館。あなたも一度訪れてみませんか。



環境に配慮した街路灯

商店街の街路灯が、風や太陽光を利用した「ハイブリッド街路灯」や省エネルギー効果が高く寿命の長い「LED ランプ」などに変わってきています。この街路灯も和のテイストの格子を連想するデザインで街に溶け込んでいます。

ギンレイホール

1974年スタートした名画座です。ロードショーが終わった映画の中からセレクトして2本立てで上映しています。「シネパスポート」を購入すると1年間何度でも観ることができます。

神楽坂の小道辺り

歩いてもよい



毘沙門天

本多横丁

神楽坂で最も大きい横丁で飲食店を中心に50軒以上の店舗が立ち並んでいます。名称は旗本の本多対馬守の屋敷があったことに由来します。かくれんぼ横丁や芸者新道につながっています。

ハートの石

横丁の石畳の中にはハートの形の石があるというウワサ...!?どこにあるのか探しながら歩いてみるのも楽しそうですね。

これはなに?
何年か前、「歩いてみよう」の取材で見つけた壁に掛かった不思議な取っ手?まだありました。いまだにこれが何なのか謎がとけません。



思わず買ってしまおう!

一枚の絵画を見るような、美しくラッピングされた自販機です。外国のお客様にも親切な、英語での使い方のシールも貼ってありました。



軽子坂

軽子とは軽籠持(かるかごもち)の略称で、今の飯田堀にかつて神楽河岸があり、船荷を軽籠に入れ江戸市中に運搬することを職業にした人が、この辺りに多く住んでいたことから名付けられました。急な坂で、今では片側はスポーツジムや、会社が入った大きなビルが立ち並び、反対側は、おしゃれな飲食店や趣味のよい小物などを扱うお店が並んでいます。車道に比べ歩道が狭く人がすれ違うのが大変です。

横丁が人気の秘密かも
神楽坂に住んでいるとか勤めているのが神楽坂近くという“わあ!すごい”と羨望の言葉が返ってくるという話をよく聞く。そんな神楽坂には通りの名前がついている所が多い。本多横丁、かくれんぼ横丁などなど。メイン通りにある毘沙門様にまずお参りをして、向かい側にわたって横町を歩く。何気なく角を曲がり曲がっていると、毘沙門様の前に戻ってくる。あれ?と思ってしまう。迷路とまではいわないが、入り組んだ道を冒険したくなる。この不思議な横町が人気の所以となつているのだろうか。探せば世界の食事処が揃っているのもこの町の特徴でもある。

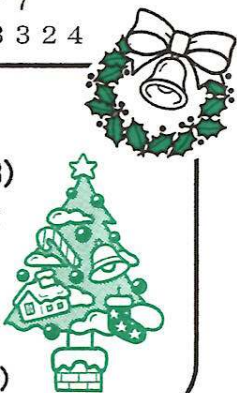


みんなの部屋

牛込筆筒地域センター 4階
 毎月第3土曜日 9:30～12:00
 参加申込と問い合わせは4階事務局で受け付けます。☎ 3260-3677
 Fax 3260-3324

クリスマススペシャル

12月16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。
 申込み期間 12月3日(月)～13日(木)
 申込み場所 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)(無料)



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ださい。
 予約はいりません。無料です。
 対象は小、中学生
 * 10月20日 色のふしぎ
 * 11月17日 磁石の教室



10月から教室「筆であそぼう」がはじまります! (つつじ)
 楽しみながら筆になれましょう。
 10月20日、11月17日
 10:00～11:30
 持ち物、予約はいりません。(無料)



持ち物と注意事項

- ★ 対象は小、中学生
- ★ エプロン、バンダナ、タオル
- ★ 材料費 200円 当日持参すること。
- ★ 作った料理は持ち帰りできません。
- ★ 募集人員 20名
- ★ アレルギーのある方は事前に申し出て下さい。
- ★ 欠席の場合には3日前までに連絡下さい。
- ★ メニューが変更になる場合があります。
- ★ 応募4名以下の場合は中止

12、1月の料理教室、理科実験はお休みです。

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20日(土)	焼うどん、卵スープ、ゼリー (保護司会)	10月2日(火)～18日(木)
11月17日(土)	ミートローフ、ロールパンサンド、デザート (民生児童委員)	11月6日(火)～15日(木)

【みんなの部屋共催団体】

牛込筆筒地域センター管理運営委員会・筆筒地区青少年育成委員会・筆筒管内町会連合会・新宿区保護司会神楽坂分区分会・新宿区更生保護女性会・筆筒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～ふぁみりあ～

スポーツ文化協議会より*あなたも地域ではじめてみませんか

筆筒地区スポーツ文化協議会には、パラリンピックで日本選手が活躍し話題の「ポッチャ」、日本で生まれたニュースポーツ「スポーツ吹き矢」、レクリエーションスポーツの「ラダーゲッター」等の道具を備えております。地域団体や町会の活動・催しの際に体験コーナーをつくってみませんか?

新宿区スポーツ推進委員筆筒地区担当までご相談ください。(Tel 03-3260-3592 吉成)

行ってみませんか

筆筒町高齢者総合相談センター

筆筒町高齢者総合相談センターでは月1回ずつ2か所出張相談を行っています。1か所は矢来町(神楽坂通り)にあります高齢者福祉施設神楽坂の1階(入って左の奥のコーナー)で看板が出ています。もう1か所は東五軒町地域交流館の1階談話室です。日程と時間は、以下の通りです。

介護保険のこと、介護保険以外のサービスのこと、認知症のこと、病気のこと、介護のこと、在宅療養のこと、施設への入所のこと、一人暮らしの不安など、困っていることでしたら何でも、お気軽にご相談ください。



北山伏町の筆筒町高齢者総合相談センター(あかね苑新館内)までは遠くて利用しにくい方は、是非、出張相談をご利用ください。

尚、筆筒町高齢者総合相談センターでは、年間約4000件のご相談をお受けいたしております。9名の相談員(保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等)が丁寧に対応いたしますので、困っていることや困りそうなことがおありでしたら早めには是非ご相談ください。お待ちいたしております。

●神楽坂出張相談

日時 毎月第1火曜日

午後12時～1時30分

場所 高齢者福祉施設神楽坂1階

矢来町104



10月2日 11月6日 12月4日
 1月は休み 2月5日 3月5日
 (来年度も開催します)

●東五軒町地域交流館出張相談

日時 毎月第3火曜日

午後2時～4時

場所 東五軒町地域交流館1階

談話室 東五軒町5-24

10月16日 11月20日 12月18日
 1月15日 2月19日 3月19日
 (来年度も開催します)

❖問い合わせ先❖

筆筒町高齢者総合相談センター

TEL 3266-0753

(月曜～土曜午前9時～午後5時
 30分 日曜・年末年始は休み)