

市民のひろば



地域に笑顔を増やそうと活動する「サロン青空」の皆さん

地域密着、身近な話題を体験取材!

まちかど

特派員だより

やさしさと思いやり
みんな笑顔の種を飛ばそうよ!



上尾地区
大成 達夫さん

5月17日、富士見二丁目の公民館で開催された「サロン青空」へお邪魔しました。この日は「サロン青空」の活動が始まって8周年記念の日で、開店1時間前にはすでに3人のお客さんが外で待っていました。会場では、男女19人のスタッフがいつもどおり、食事の準備・飾り付けに、大わらわです。

「サロン青空」は、毎月第2火曜日に富士見二丁目の公民館で「地域に笑顔の種を飛ばそうよ!」をモットーに、一緒に食事を作って、同じテーブルで食を通じてコミュニケーションを広げ、地域に笑顔を増やすことを目標に活動しています。「一人はみんなのために、みんなは一人のために」スタッフ全員で会議をして、食材の研究をし、スーパーへ買い物へ行き、創作料理を楽しんでいます。

「サロン青空」へ来るお客さんは、今日はどんな料理が食べられるのか、毎回楽しみにしています。一番評判のよかった献立は「うなぎもち」と「ピーフシチュー」だそうです。

12時の開店時、会場は約50人のお客さんで満員になりました。この日の献立は、手毬寿司とお吸物、自慢の春のフルーツゼリーです。客席の正

面にはスタッフ手作りのこいのぼりと、アヤメのお花畑にシラカバ林の風景が飾り付けられ、「まるで別荘のテラスで友達とランチをしている気持ち」と参加者の女性から、素敵な感想をいただきました。これが、まさに手作りの創作料理と装飾により、舌と目で季節を味わってもらおう「富士見流おもてなし」です。

素敵な食事の後は、青春時代に戻り、「四季の歌」「青い山脈」「初恋」などを合唱し、楽しい午後のひとときと、明るい笑顔をお土産に帰ります。

人は15歳の頃を思い出して、語り合うと若返るそうです。地域の高齢化が進む中、町内に笑顔を送信するこの「サロン青空」が、地域の支え合い活動の参考になればと思います。

市民の情報交流スポット



おいでください

■**領工会まつり** 9月4日(日)10:00~14:30、領家工業団地(領家1152-10アイチコーポレーション敷地内) 当日 大竹圏090-6548-1656 **ひと言!** 高所作業車体験・各種イベント多数。

いきいきサークル

- 吟道館流上尾吟詠会**(詩吟) 毎月第1・3(水)13:30~16:30、谷津公民館 費月額2,000円 小沢圏774-0596 **ひと言!** 漢詩和歌など、年齢に関係なく楽しめます。初心者歓迎。
- AIFA上尾国際交流会・英語入門教室** 毎週(木)10:00~12:00、上尾市コミュニティセンター 定8人以上の申し込みで開講 費月額5,000円(入会金1,000円) 細野圏772-1217 **ひと言!** 初歩から始めよう!講師は米国人、経験豊富。中級も有。

- 俳句 樺会** 毎月第3(土)13:30~16:00、大谷公民館 費月額1,000円 利根川圏776-7603(9:00以降) **ひと言!** 日記俳句のすすめ。シニアの方々も一緒に。
- 上尾歌声広場** 毎月第3(水)10:00~12:00、上尾市コミュニティセンター 費月額1,000円 藤原圏776-3390(20:00まで) **ひと言!** 来られる時だけ参加して皆で元気に楽しく歌いましょう。
- 桃珠会**(日本舞踊) 毎月3回(火)13:30~17:00、大谷公民館 費月額3,000円 大和圏781-3230(18:00~21:00) **ひと言!** 初心者大歓迎!美容と健康のためみんなで踊りましょう。
- 上尾バドミントンクラブ** 毎週(金)9:30~12:30、上尾運動公園体育館 対女性 費月額2,000円(毎年4月に年会費3,000円を別途集金) 木村圏080-5482-6633(19:00以降) **ひと言!** 愉快的仲間と一緒に元気にシャトルを打ち合おう!
- ひらひらの会** 毎月第2(金)10:00~12:00、大谷公民館 対平家物語が好きな人 費月

- 額1,500円 大貫圏722-6235(22:00まで) **ひと言!** 若い研究者の先導でたっぷり平家物語を楽しんでいます。
- のりのりヨーガ** 毎月3回(水)10:00~11:30、上平公民館 費月額2,000円 渡部圏771-8481(12:00以降) **ひと言!** 初心者歓迎。無理せず、楽しく身体を鍛えましょう。
- 新曲専門カラオケサークル** 毎月2回(火)14:00~16:00、大谷公民館 費月額2,000円(入会金1,000円) 西山圏090-3221-6671 **ひと言!** 専門講師付。選曲自由。見学及び初心者可。イベント有。
- ララピアチェレ**(女声コーラス) 毎月3回(月)13:00~15:00、東大宮コミュニティセンター 対女性 費月額3,000円 大木圏722-0145(20:00まで) **ひと言!** 愛唱歌など様々な曲を楽しく歌っています。初心者歓迎。
- 自彊術さくら会** 毎月第1・3(火)14:00~15:30、西保健センター 費3カ月4,000円 澤田圏770-3300(18:00以降) **ひと言!** 自分でできる治療体操です。一度ぜひ体験を!!

定…定員 対…対象 費…費用 持…持ち物 当日…当日、直接会場へ 申…申し込み



中国で多くの子どもたちに指導

「二人でも多くの人に合気道の魅力を伝えていきたい」そう語るのは、現在、国内だけでなく、海外でも合気道の指導を行う小林幹雄さんです。

小林さんは、高校生の頃、自宅の近くにできた合気道の道場で見学した演武会に感銘を受け、合気道を始めました。大人になり、電気設備の仕事に就いてからも変わらず、合気道を続けていきましたが、「この道を究めたい」という思いから、平成22年にそれまでの仕事を辞め、合気道の専門家として指導を始めました。

合気道は、基本的に争わない武道で、その魅力は人それぞれ異なる目的を持って始められることです。最近では、肩こり改善、ダイエット、護身術の習得などを目的に、幅広い世代の人が合気道を習いに来るそうです。

そして、日本で生まれた武道である合気道の魅力をより多くの人に伝えたいという思いが強くなり、平成24年か

スポットライト

～人・仲間～



こばやし
小林

みきお
幹雄さん
(堤崎在住)

The life of a great person

日本で生まれた武道 その魅力を世界に

国内外で活躍する合気道の指導者

さらに、渡航中は現地の文化に触れるため、中国では万里の長城を見学したり、アルゼンチンではヨットでセーリングを楽しんだりします。「日本の文化を伝えるだけでなく、自分も海外の文化を感じたい」という思いがあります。

今後、日本の道場に海外から子どもたちを招待し、日本の子どもたちと一緒に合気道を指導することを計画しているそうです。「合気道とともに楽しみ、国境を越えて子どもたちに友情を深めてほしい」と話す小林さん。これからも、多くの人に合気道の魅力を伝えながら、熱い指導を続けていきます。

ら本格的に海外指導に参加します。担当は中国・南米地区で、北京・マカオ・上海・蘇州・広州・アルゼンチン・ウルグアイ・チリなど多くの地域で指導を経験しています。海外の生徒たちは、子どもも大人も皆、本場の指導者から直接、技を習得するチャンスとして、積極的に練習に取り組むそうです。

海外で指導中に苦労することは、やはり「言葉」ですが、一緒に体を動かして練習していると、自然に心が通じ合うといいます。また、指導で大切にしていることは、「相手への思いやり」「継続は力なり」の精神を伝えることだと教えてくれました。



「クイズ アッピーを探そう！」(2ページ参照)で寄せられた「広報あげお」への感想・意見を紹介します。今月は7月号です。

⇒広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873 ※内容は一部要約しています。

今月のイチ面 活気あふれる あげおの夏

- 上尾に長く住んでいますが「上尾夏まつり」に行ったことがないので、ことしは行きたいと思います。(70代女性)
- ことしも毎年恒例の「上尾夏まつり」と「あげお花火大会」がありますね。見に行こうと思います。(30代女性)
- 「あげお花火大会」では、1万発の花火が打ち上げられると聞きました。ぜひ間近で見たいと思っています。(40代男性)

どちらも上尾が誇る夏の風物詩です♪皆さん、それぞれ暑い夏を楽しみましょう♪



スポットライト(具嶋 直子さん)

- 「芝山象嵌」を初めて知りました。美しい伝統工芸品をぜひ見てみたいと思いました。(50代女性)
- 上尾にも貴重な伝統工芸の職人さんがいらっしやるんですね。これからも頑張ってほしいです。(60代男性)

芝山象嵌の貴重な技術が継承されるよう応援していきましょう。



「広報あげお」は、読者の皆さんの感想を参考にし、より良い誌面作りを目指しています。これからも皆さんの感想をお寄せください。



わたしたちの

富士見小学校

児童会長 6年 上野莉子

富士見小学校は、JR上尾駅西口から近い場所にあります。4年前に50周年を迎え、校舎が改修されました。745人の元気な子どもたちが通っています。

★歴史ある鼓笛隊

富士見小学校には、35年続く伝統の鼓笛隊があります。鼓笛隊は、毎年11月に5年生から4年生に引き継がれ、そこから1年間活動します。ごどもの城、運動会、バザー、市民体で練習の成果を発表しています。学校外での演奏もあり、たくさんの方の皆さんに楽しんでもらっています。演奏曲や隊形移動を覚えるのは大変ですが、聞いている人が感動する鼓笛演奏を目指し、心を一つに頑張っています。



伝統の鼓笛隊

※今回は、上平小学校をご紹介します。お楽しみに！

★大きな図書室

富士見小学校の図書室には、1万4千39冊の本があります。図書室は2階建てで、吹き抜けになっていて、開放感があります。低学年向けの本や高学年向けの本、お薦めの本などがびっしりと並んでいて、必ず自分に合った本に出合えます。本の世界に入り込んだように感じる、とても落ち着いた場所です。



たくさんの本が並ぶ図書室

★笑顔が生まれる給食

富士見小学校の給食はとてもおいしいです。給食室はガラス張りになっているので、調理員さんが給食を作っている様子を廊下から見ることが出来ます。たまに廊下から調理員さんに手を振ると、とてもすてきな笑顔を見せてくれます。愛情をたっぷり注いで作ってくれている、栄養満点の給食を毎日食べるので、健康に、大きく成長できるように、毎日残さずよくかんで、楽しく食べています。

小学校給食レシピ 46



スタミナ焼肉 129キロカロリー

- 材料1人分 分量(2人)
- | | | | |
|--------------------|------|--------------|-----|
| 1 豚もも肉(5分×5分×0.2分) | 60 | 8 ニンジン(千切り) | 15 |
| 2 酒 | 0.9 | 9 タマネギ(スライス) | 45 |
| 3 こしょう | 0.01 | 10 ニラ(2分) | 5 |
| 4 しょうゆ | 1.4 | 11 しょうゆ | 3.5 |
| 5 炒め油 | 1.3 | 12 みりん | 1.7 |
| 6 ニンニク(みじん切り) | 0.3 | 13 砂糖 | 1.7 |
| 7 根ショウガ(みじん切り) | 0.3 | 14 でん粉 | 0.4 |
| | | 15 水 | 0.8 |
- ※分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、食材、調味料などの分量は適宜調整してください。

●作り方

- ① 豚肉に2~4の調味料で下味をつける。
- ② 鍋に油を熱し、ニンニク・根ショウガを炒め香りを出し、①の豚肉を入れてよく炒める。
- ③ 豚肉に火がよく通ったら、ニンジン・タマネギの順に炒める。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、ニラを加え11~13で調味する。
- ⑤ 14・15で水溶きでん粉を作り、④に加え、とろみをつける。

学校保健課 ☎ 775-9683 ・ ☎ 775-5633



星野 心美ちゃん 平塚
H26.9.2生 (1歳)

あいさつが自分からできるこみちゃん、その姿に感心させられます。これからいろいろなことを経験しようね。



関 岳洋くん 弁財
H27.10.13生 (9カ月)

この笑顔にみんなが幸せをもらっています！元気に育ってくれてありがとう。これからもたくさん楽しんでいきましょう！

未来へすくすく! わが家のアイドル



大場 紘仁くん 原市
H28.4.2生 (4カ月)

紘仁はお父さん、お母さんの宝物だよ！元気にたくましく成長してね！これからたくさん楽しい思い出をつくっていきなさい！



木下 園香ちゃん 緑丘
H27.3.15生 (1歳)

小さく産まれてきたのに、今よりもしつかり成長してくれたね！少し泣き虫さんだけどこれからたくさん楽しんでいきましょう！

市内に在住の未就学児の写真(画像データ可)に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の一言、住所、電話番号を添えて、郵便(〒362-8501本町3-1-1)またはメール(s55000@city.ageo.lg.jp)で広報広聴課へ
※掲載は1人1回限り。写真は返却しません。

申し込み