

コミュニティ 秘けつ づくりの



コミュニティ活動に取り組んでいる
団地の中から、他団地の参考になる
取り組み、イベントを紹介します。

中登美第3（奈良県奈良市）

年中無休で11年目 元気の素はラジオ体操

気軽に健康&仲間づくり

中登美第3では、ラジオ体操を毎朝行っており、今年で11年目を迎えます。気軽にみんなで健康づくりに励もうと立ち上げたYUYU会が主体となり、これまで1日も休むことなく続けてきました。誰でもいつでも自由に参加でき、45人を超えるメンバーは団地の住民だけでなく、近隣の方もおられ、夏休みには子どもたちと一緒に体操の輪を広げています。



午前6時半、団地集会所前の広場で
行われているラジオ体操。

YUYU会
会長 白石雅紀さん



指導員のみなさん

同会はラジオ体操の普及に
取り組んできた活動が評価
され、平成23、25年度ラジオ
体操優良団体等表彰を受賞。

オリジナル体操でさらに元気

YUYU会では、従来のラジオ体操とともに、自分たちで考案したオリジナル体操も取り入れ、爽やかな汗を流しています。肩や足腰など筋力が衰えやすい高齢者のために考えた約5分間の全身ストレッチ中心の体操です。早起きをして集まってもらっている皆さんにより元気になってほしいと思い、始めました。「体操のおかげで生活にリズムが生まれた」「背筋がびんと伸び姿勢が良くなった」など参加者からの評判も上々です。

私（白石）は、全国ラジオ体操連盟認定の1級ラジオ体操指導士を昨年取得、他に8人のメンバーも指導員の資格を取りました。健康維持と増進のために、この会をいつまでも続けていきたいです。



ハイキングやウォーキングなどを催し、親交を深めています。（6月22日、生駒山あじさい園にて）

第1回 まどから見える にとっておき フォトコンクール

結果発表



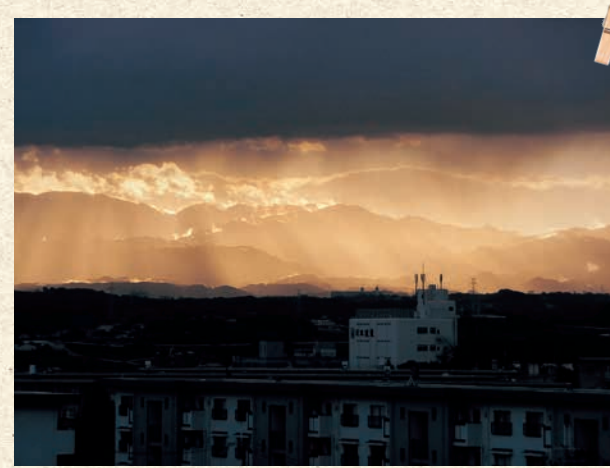
優秀賞

「団地を囲う虹」

石井 保子
（明石舞子）



建物にあたる日差しと虹のコントラストが美しく、雨上りのドラマチックな光景をとらえています。手前がよりアンダー（暗め）なら、明るさの対比が際立ったと思います。



「神秘的な朝」

舞台の幕が開いていくような広がりを感じさせる幻想的な一枚です。黒い雲の間からのぞく太陽の光をタイミング良く撮影されており、うまく仕上がっています。

安積 利範（泉北桃山台一丁）



「明石海峡大橋と淡路島が展望できる団地」

船と建物がバランスよく構図に収まっており、奥行きのある景色を写し出しています。空の濃度が出ていれば、橋の色と明度の差が生まれ、鮮明に仕上がったと思います。

石黒 一郎（グリーンヒルズ東舞子）

審査委員長
松浦 稔の
（写真家・JPS会員）

総評

第1回のフォトコンクールには約100作品の応募がありました。「団地の窓からはこんな風景が広がっているのか」という驚きを感じながら選んだ8作品です。今回の審査では「主題がわかりにくい」「タイトルにもう「工夫」を」という理由で選から漏れた作品がいくつかありました。第2回に向けては「伝えたいことが表現されているか」ということを意識しながら、冒険心や遊び心のある写真に挑戦してください。

「暮れる日」

濱野 武志（浜甲子園）



「雨あがり」

新田 恭子（逆瀬川）



佳作



「城と月」

和田 恵津奈（森之宮第二）

「ホワイト元旦」

風景写真が多い中、他とは違うかわいらしい写真に目を引かれました。被写体を傾けたことで写真に動きが出て、撮影者の意図も感じられます。次回以降にも期待しています。

杉本 美雪（富田）

審査員特別賞



クイズここはどこ？

写真をヒントに
団地名を当ててみよう。

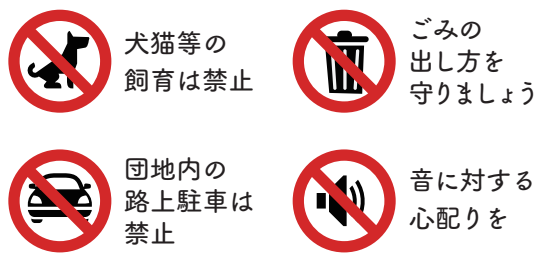
ヒント：大阪市阿倍野区の
団地内です。
頭文字はサ

▶▶ 答えは8面下に掲載



黄色い
すべり台が
鮮やか！

快適な暮らしを作るルールとマナー



住環境をより良くするために、ご協力をお願いします。

笑顔キラリ コミュニティひろば

さまざまな団地で行われた
イベント活動をお知らせします。



笑うことで、脳が
活性化されるんですよ

脳トレで頭をフル回転 健康講座&落語を開催

● 金剛（富田林市）

6月29日、金剛団地第4集会所で60歳以上を対象とした健康講座が開催されました。約40人の参加者たちは、近年増えつつある高齢者の認知症について症例ごとの接し方や対応のポイントを学んだ後、映像を使った脳トレゲームにチャレンジ。正解・不正解に「喜・憂」しながらも、講師の間違った大失態。考える過程が大事です」という励ましを受け、真剣に取り組んでいました。

講座の後には、桂福丸さんによる落語「笑って騙されない」でユーモアたっぷりの話術を楽しみました。イベントを主催したJSD日本総合住宅生活株式会社の生活支援アドバイザー 田井中奈緒美さんは「団地の高齢化が進む中、コミュニティの活性化のために年に2回イベントを開催しています。他団地の取り組みも参考にしながら、今後は子育て世代も含めた取り組みも広げていきたい」と話していました。

お湯の注ぎ方で
コーヒーの味は変わります



今までと全然違って、
目がウロコね！

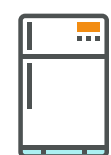


当日は大阪いずみ市民生協のご協力による居住者交流イベント「おいしい珈琲で、ほっとしましょ」を開催し、参加者に救急カプセルと防災マップを配布しました。小川珈琲（京都市）のスタッフから「コーヒーの基礎知識やおいしいいれ方を学んだ後、実演・試飲をしました。約20人の参加者には豆による味の違いを確認しながら「毎日飲んでいるコーヒーも、いれ方でこれほど味が変わることに驚いた」「今度はいすこーヒーにもチャレンジしたい」と話していました。

居住者交流イベントも開催 救急カプセルをPR

● 泉北城山台二丁・三丁（堺市南区）

冷蔵庫で保管しておく
カプセルと安心連絡シート



6月16日、泉北城山台二丁団地集会所で救急カプセルのPRイベントが開催されました。救急カプセルとは持病や血液型など、救急搬送時の治療に必要な情報を記入したシートを入れておくカプセルのこと。各家庭の冷蔵庫で保管しておくことで、いざというときに救急隊員が適切な処置を施せるようになります。近年、一人暮らしの高齢者が増えていることから、城山台校区まちづくり協議会と協力して、泉北城山台二丁・三丁団地で配布を始めました。