



団地 T PICS

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。

コミュニティニュース

団地のドングリが鹿のごはんに

真美ヶ丘6丁目（奈良県香芝市）

クヌギ、コナラ、ネムノキなど四季折々の光景を楽しませてくれる団地内の雑木林、通称「どんぐり山」。ここで毎年秋になると大量に落ちるドングリを有効活用できないか—UR都市機構、URコミュニティ奈良住まいセンター、日本総合住生活で結成されたスタッフによりプロジェクトがスタートしました。

プロジェクトスタッフや住民の皆さまでドングリを集め、奈良公園周辺で鹿の保護活動に取り組む「一般財団法人 奈良の鹿愛護会」に寄付。鹿の食料として有効活用してもらおうというプロジェクト。昨年11月10日、団地住民を対

象としたドングリ拾いを開催し、多くの親子連れがビニール袋いっぱいのドングリを集めてくださいました。11月26日までに集められたドングリは、段ボール8箱分183kg！約1カ月乾燥させ、12月12日に愛護会に寄付しました。愛護会の事務局長、蘆村好高さんは「奈良公園の芝が枯れる冬場、鹿にとってドングリは大事な栄養源。これだけたくさんのドングリを寄付していただけて鹿苑の鹿たちも喜んでくれると思います」と非常に喜んでくださいました。プロジェクトを担当するUR都



市機構京奈エリア経営部の奥野知子さんは「団地の資源で地域の宝を守る。『奈良の団地』らしい地域貢献ではないかと考えています。団地にお住まいの方の中には『どんぐり山』の存在を知らない方も多いので、今回のプロジェクトが団地の魅力を再認識していただくきっかけにもなれば」と話します。今年度は試験的に実施された本プロジェクト。来年度以降のイベント化に期待が高まります。



1 多くの親子連れでにぎわったドングリ拾い 2 参加してくださった住民の皆さまには、プロジェクトスタッフがデザインした木製マーカーをプレゼントしました 3 ドングリいっぱい拾ったよ！ 4 段ボール8箱分のドングリを寄付しました 5 ドングリの音が聞こえただけで寄ってくるほど、鹿も大喜びでした

vol.12

団地テナント 気になろお店

住吉(大阪市住之江区)
ふたば
双湖整骨院

「痛みはもちろん、つらさも分かる」 元力士の院長が親身になって治療

開業7年目となる双湖整骨院の院長・東崎公俊さんは、かつて北の湖部屋に所属した元力士。現役時代、度重なるけがに苦しんだことから、引退後は柔道整復師の資格を取得し、スポーツ選手や体の痛みに悩む人のサポートを行っています。

2018年4月、現在地に移転。腿鞘炎で日常生活に支障を来す団地在住の高齢者から万全の状態

で土俵に挑みたい東京の現役力士まで、さまざまな患者さんが日々東崎さんの元を訪れます。経験に裏打ちされた観察眼と適切

な処置が評判で、患者さんのほとんどが口コミ。ラグビーやバスケットボール、柔道など、さまざまなスポーツ選手が、「痛みはあるがなんとか試合に出たい」と東崎さんを頼ります。かつての自分の経験から、体への施術だけでなく心のケアも重視。時には試合までの2日間付きっきりで処置を続け、寄り添うこともあります。「これだけが親方のできる恩返し」と語る真摯な姿勢にファンが多く、常に予約はいっぱい。どれだけ忙しくてもはたつとして、訪れる患者さんに元気を与えてくれます。



SHOP DATA

★ 大阪市住之江区粉浜西3丁目1-13-5 ☎ 06-6672-2583
🕒 8:00～12:00、15:00～19:00(木曜、土曜は午後休診) 📅 日曜・祝日
📍 南海本線「住吉大社」駅から徒歩約7分



1 治療はもちろん、個人の目的に応じたパーソナルトレーニングを実施 2 女性や重症の患者さんでも安心できる、半個室の施術スペースも 3 力士時代から全身をまんべんなく鍛えることができるVIPRトレーニングを実践する院長。パーソナルトレーニングに生かされています



アートで再発見 in 西宮浜 小さな石の庭・造形ワークショップを開催 西宮マリナパークシティ 丘のある街(兵庫県西宮市)

秋晴れの空が広がった11月10日、西宮マリナパークシティで造形ワークショップが開催されました。8号棟入口にある石のオブジェ「ZERO SPACE～小さなかけら 大きな時間～」の制作者で、現代アート作家の森野晋次先生を講師としてお迎えしました。

今回のテーマは、オリジナルの「石の円庭」。甲山の山頂付近で採取された大阪層群の石を使い、約15センチの円盤形にチャレンジしました。まずは、学びナビゲーターの足立年樹先生による講習で、石の特徴や西宮の

地形について楽しく学習。作品づくりのスタートは、好きな石を選ぶところから。セメントと着色颜料を混ぜ合わせ、紙の器に流し込みます。「石が水面に落ちてきたイメージで」とのアドバイスをいただき、自由な発想で石を並べました。

セメントが固まるまでの間は、集会所の外のアートストリートへ。「音楽広場」や「創造の門」など、足立先生の解説と共に作品を鑑賞し、「じっくりと説明が聞けてよかった」と参加者の皆さんも満足気でした。完成した作品を手しに、笑顔での解散となりました。



1 短時間で固まるセメントに鮮やかな着色颜料を合わせます 2 クイズ形式で楽しく学びました 3 玄関や自分の部屋に飾りたいです！



凛々しく飛び姿に歓声わく 鷹匠イベント＆クリスマスリース作り 中宮第3(大阪府枚方市)

昨年10月から12月まで、鷹を利用した烏や鳩の追い払いを実施した中宮第3団地。11月17日に52号棟東側広場で鷹匠によるデモンストレーションイベントが開かれ、小さなお子さんから高齢者まで、団地にお住まいの50人以上の方が見学に訪れました。鷹匠の手から対象物まで鷹を飛ばす「渡り」の実演では、見学者の間を縫うように飛び鷹に「うわー！」という歓声や「かっこいいね」という声が聞かれました。鷹とのふれあい体験では見学者が渡りを体験。鷹を

腕に載せ、記念の写真を撮る親子連れの姿も見られました。当日、集会所で開催されたクリスマスリースづくりには約20人が参加。材料は全て中宮第3団地産。講師役のグリーンマネージャーの指導を受けながら「美的センスが問われるわね(笑)」(「久しぶりに集中できて楽しい」など、楽しみなが自分好みのクリスマスリースを仕上げていきました。



1 私もキャッチできたよ！ 2 グリーンマネージャーが手順を丁寧にレクチャー 3 上手にできました！

改修後の集会所を花で彩る 冬から春の花・寄せ植えワークショップ 香里ヶ丘西(香里(D地区))(大阪府枚方市)

住民参加による「集会所大変身プロジェクト」が進行中の香里ヶ丘西(香里(D地区))。改修工事着工直前の12月17日、グリーンアドバイザーの山田倫子さんを講師に迎え「冬から春の花・寄せ植えワークショップ」を開催しました。

ヒオラ、ハボタン、シロタエギク、ヘデラの4種類をプランターに植え込むワークショップ。プランターに入れる土の量や、花の並べ方など、簡単そうに見えて奥深い寄せ植えに、約30人の参加者たちは「これぐらいの量でいいかな」「花のバラ

ンスが悪いなあ」と悪戦苦闘。山田さんとスタッフのサポートもあり、最後には「きれいにできた」「お手本より上手(笑)？」と皆さん笑顔で終了しました。この日に植えられた花は参加者の中から“里親”を募集。自宅水やりなどのお世話をしていただき、3月に開催予定の集会所内覧会の際に、新しい花壇に植え込む予定です。みんなでつくった集会所の完成を、みんなで育てた花が祝う。新たなコミュニティスペースの誕生が今から楽しみです。



1 2～3人ずつのグループに分かれて寄せ植えに挑戦しました 2 講師の山田倫子さん。同団地D51号棟の花壇「デゴイチガーデン」も監修しています 3 山田さんが各テーブルを回りながら、アドバイスを送ります

リニューアルした集会所で和やかに！ さぬきうどん教室で打ち立ての麺に舌鼓 千鳥(大阪市大正区)

11月8日、リニューアルした3号棟集会所キッチンのお披露目を兼ねた、「お手軽手打ちさぬきうどん教室」を開催しました。赤ちゃんを抱えたママから年配の方まで、団地にお住まいの15人が参加。生地をこねる「水まわし」から麺の形に整えていく「麺切り」まで、香川県大阪事務所のスタッフからつくり方を学びました。

参加者からひときり大きな声が上がっていたのが「延ばし」の工程です。麺棒を使って生地を広げていく大変な作業ですが、「ハート型

になった」「オーストラリア大陸ができたぞ」と偶然できた生地の形を見て笑い合い、和気あいあいと楽しんでいました。最後に講師が打ったうどんの試食タイム。参加者の中で最年少のママが「おいしいので家で時間もがある時にやってみよう」と言うように、全員が初めての体験に満足げな様子でした。



1 延ばした生地を、等間隔で切っていく 2 真新しいキッチンで、講師の皆さんがゆでた麺を器に盛っています 3 おばあちゃんが食べさせてくれたうどんをほおぼるボク



元気に冬を乗り切るために！暮らしに役立つセミナーを開催 森之宮第2(大阪市城東区)

11月22日、団地集会所で「60代からの役立つお話」セミナーを開催。団地にお住まいの方とご家族、16人が集まり、火事の怖さや風邪の予防法など、暮らしに役立つ情報を耳を傾けました。

大阪市消防局火災調査官が「物を減らして整理整頓することが一番の火事予防」とレクチャーすると、次にハザマ薬局森ノ宮店の薬剤師が風邪やインフルエンザの予防法を説明。質疑応答タイムには、多くの参加者が手を挙げていました。続いて、城陽地域包括支援セ

ンターの介護支援専門員が、いざという時に困らない介護保険利用の流れを解説。スライドを使った分かりやすい説明に、「知らなかった」「勉強になった」という声があちこちから上がりました。最後はURコミュニティ大阪住まいセンターのスタッフが見守りサービスを解説。90分という長丁場のセミナーでしたが、どの参加者も充実した面持ちで会場を後にされました。



1 薬剤師のセミナーでは、気になっている健康の疑問を質問攻め 2 身近にひそむ危険が実験で明らかに 3 真剣に資料を読み込む参加者の姿が多く見られました