

DANCHI TIMES

あなたの食生活は大丈夫？

骨とカルシウムについて学ぶ講座を開催！

📍 伝法（大阪市此花区）



▲ 貴重なお話に皆さん真剣に耳を傾けています



◀ 参加者から質問の手が上がるなど和やかな雰囲気です。セミナーは進みました

7月4日、雪印メグミルク（株）の協力を得て集会所で「骨・カルシウムセミナー」を開催しました。住民の皆さんの健康づくりのために生活支援アドバイザーが企画したもので、骨の役割やカルシウムの働きを学ぶことで骨粗しょう症の予防につなげます。

セミナーはクイズなどを交えながら、楽しく学べる参加型。雪印メグミルクの講師が普段の食生活を見比べると、日々カルシウムの摂取を心がけている参加者の意識の高さがうかがえます。牛乳やチーズ、ヨーグルトなどの乳製品だけでなく、豆腐や納豆などの大豆食品、海藻や小魚、小松菜など、カルシウムを多く含む食品が、献立に取り入れやすい簡単レシピとともに紹介され、皆さん熱心にメモを取っていました。「チーズを使ったレシピを作りたい」、「あまりカルシウムが取れていないと分かって勉強になった」などの声が参加者からは聞かれ、普段の生活を見直すきっかけになっているようでした。

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。

元気な今から考えよう！

これからに備える「終活セミナー」

📍 鈴蘭台第1（神戸市北区）



▲ クイズに積極的に参加する皆さん



◀ 「エンディングノートは気軽に書いてほしい」と古江先生

8月5日、地域包括支援センターや一般社団法人くらし支援ネット神戸の協力で終活セミナーを開催しました。人生のエンディングを考えることを通じて自分を見つめるために終活を活用してほしいと企画したものです。司法書士の古江先生を招き、「ペンネームで書いた遺言書は有効？」「相続人がいない場合の財産はどうなる？」などクイズ形式で遺言書や相続について学びました。質問の時間にも多くの方から手が上がり、身近で具体的な事例について専門家からアドバイスを受けていました。

終了後には、万が一に備えて、家族や友人に伝えたいことや希望を書くための、エンディングノートがプレゼントされました。「書けることから書いてみる」と参加者。エンディングを考え、そこから今をよりよく、自分らしく生きる——。学びの多い充実したセミナーになったようです。

世代を超えて笑顔あふれる団地にしたい

📍 香里ヶ丘東（香里（E地区））（大阪府枚方市）



▲ 自治会長を8年間務める青森英二さん

430世代ほどが暮らす香里ヶ丘東の香里（E地区）では、ふれあい喫茶とカラオケ喫茶がそれぞれ集会所で毎月開催されています。コロナ禍で花見やBBQ大会など、恒例行事が中止を余儀なくされる中、住民同士が交流する機会を絶やしたくないという強い思いで、感染者数の推移を見ながら開催を続けてきました。「高齢の住民の方が、コロナ禍以降、めっきり外に出る機会が減ってしまいました。自治会主催の喫茶は大切なふれあいの場です」と自治会長の青森さんは話します。また、週1回、子どもがいる家族と一緒に過ごす「遊ぼう会」

を主宰し、夏はビニールプールを準備し、楽しんでもらうなど、若い世代にも目を配ります。「枚方市は小学校校区ごとに設置された地域コミュニティによる自治会活動が盛ん。当団地自治会もコミュニティに参加し、連携しながら活動をしています」と青森さん。URや枚方市の危機管理室とも連携し、防災倉庫の設置や炊き出し訓練、AEDの講習会などを開催しています。さらに、通学路の見守りや資源ごみの持ち去り防止のための夜間見回りを行うなど、住民の皆さんが安全に暮らせるようこれからも活動を続けていきます。



▲ 小学校区で行われた夏祭りにE地区の自治会も出店しました！



◀ AED講習会には多くの住民が参加しました

生活支援アドバイザーを訪ねて
団地暮らしのパートナー

第17回 落合（神戸市須磨区）
畠田 直美さん

サークル立ち上げなど、交流を活発に



こんなサークルがあったら、というリンクエストを募集中ですと畠田さん



講師を招いた塗り絵イベントは大好評でした

赴任して2年がたち、日々の業務やイベントを通じて皆さんとお話する機会が増えてきたと感じます。地域包括支援センターや民生委員とも連携して、悩みや困りごとと一緒に解決できるように努めています。皆さんが気軽に相談できるアドバイザーでありたいです。

当団地は自治会がなく、これまでは目立ったサークルや習い事もなかったのですが、イベントを開催すると欠かずに参加してくれる方もいて、隣に座った方と連絡先を交換するほど仲良くなったという嬉しい話を聞かせていただいたことも。サークル化へとつながった催しもあり、今後も住民の皆さんが参加しやすく仲良くなれるイベントを企画していきたいと考えています。気軽に参加してくださいね！

団地テナント 気になるお店

まぜそばとお酒 マゼマン ルネタウン御船（神戸市長田区）

屋台で大人気のまぜそばが味わえる

「まぜそばとお酒 マゼマン」は、三宮で営業している「マルマン」の2号店として今年7月にオープンしました。看板メニューの「神戸まぜそば」は野外イベントなどで出店した屋台で大好評だったもの。ゴマをふんだんに使ったペースに、鶏ガラでとった特製スープの特製タレに絡めて平打ち麺をいただきます。温泉たまごやチャーシュー、フライドオニオンなどのトッピングが乗っており、熱いうちにしっかり混ぜ合わせるのとタレの風味が行き渡ります。卓上

意されたコショウや粉チーズ、おろしにんにくなどをお好みで加えて、味変も楽しめます。「家族みんなでゆっくり楽しめる店を目指して、おもちゃなども充実させたいと考えていますよ」と店長の橋本さんは語るように、ソーセージやコーンなどがトッピングされた「おこさまぜそば」が用意され、絵本が置いてあるなど家族連れに優しいお店になっています。幅広い世代にファンを獲得し始めているお店で今後が楽しみです。



① 一番人気の神戸まぜそば（800円：税込）は追い飯つき！
② 台湾の屋台をイメージしたというピンクの看板が目印
③ 広々とした店内で、夜はお酒もいただけます。

SHOP
INFO

📍 兵庫県神戸市長田区御船通4-8-1-7 ☎ 078-767-8395
🕒 11:30～14:30、18:00～21:30 📅 月曜 📍 神戸高速鉄道「高速長田」駅から徒歩5分、または地下鉄西神・山手線「長田」駅から徒歩約6分

写真で案内します！

気ままに
団地ナビ

vol.10

「うちの団地のココが好き」を、一緒に歩いて教えてもらいました。

グリーンヒルズ六甲在住2年 S.Mさん

Ambassador



グリーンヒルズ六甲
（神戸市灘区）

ACCESS
阪急神戸線「六甲」駅から徒歩17分、またはJR神戸線「六甲道」駅から徒歩約14分



共用の花壇には花が植えられていて、団地内道路も植栽がきれいで、四季の移り変わを感じられます。野鳥や昆虫なども種類が、ふもとよりも豊かだと思います！



山に海！ 神戸らしい景色を楽しめるのが当団地の魅力です。自然豊かで、海拔が高いので夏でも結構涼しいと感じます。



屋根のあるプレイグラウンドもあって、雨の日も安心！



敷地内にも高低差を利用した遊具があります！この滑り台の配置、かなり珍しいと思うのですがどうでしょう？



団地内の階段にもベンチが設置されています。

募集中！

お住まいのお団地を紹介したい方は、7ページ下部のあて先に「③好きな場所とその魅力」を記述してご応募ください。

眺めて
楽しい！

お宅拝見！

自慢のわが家を大公開



◀ 玄関の収納上には、お気に入りの小物を飾っています。



◀ リビングにはアウトドア用の折りたたみ式チェアを置いてあります。移動が簡単で意外と使い勝手がいいですよ。

グリーンヒルズ仁川
（兵庫県宝塚市）
H.Sさん
間取り：2LDK
入居歴：11年
コンセプト：
シンプルでかわいらしいお部屋



壁面にバッグと帽子の収納ラックを設置。フックにかけられるので、お出掛け前にサッと取れて便利です。壁を傷つけないよう突っ張り式にしています。

わが家のアイドル、白文鳥のモチ（メス・4歳）。名前を呼ぶとピッと返事してくれます。かごから出してあげると、お気に入りの小部屋にこもります。



募集中！

7ページ下部のあて先に「③紹介したい場所の写真とコメント、間取り、入居歴、コンセプト」を記述してご応募ください。

心ほっとPark

「まど」編集部に寄せられたお便りから、心温まるエピソードをお届けします。10月号のテーマは「ご近所づきあい」です。

乳幼児を連れてエレベーターに乗っていると、声を掛けてくれる方がたくさん。幼児を連れてママさんは「何カ月ですか？その時期が懐かしいな～大きくなるのはあつというますよ」と優しく話してくれてうれしくなります。（芦屋浜 M.I.さん）

骨折で半年間入院しました。よく顔を合わせる上の階の方が心配して、たまたま来てた娘に事情を聞き、病院にお見舞いに来てくださりとても感謝しています。（ポートアイランド K.U.さん）

知り合いもいない場所に引っ越してきて数年、子どもが保育園に行くようになって保育園のママ友や職場の同僚が偶然同じ階に住んでいる事が分かりました。団地からご近所づきあいが広がって、今では野菜のお裾分けをし合うまでになりました。（泉北鴨谷台三丁 T.S.さん）

募集中！

12月号のテーマは「団地のお正月」、2月号のテーマは「春を感じる瞬間」です。応募方法は7ページ下部をご覧ください。