

# 団地イベントに出かけよう!

まどHPでも  
イベント情報掲載中



11月18日

## 4団地が集結! / カーリンコン交流会

新千里東町・新千里北町・千里竹見台・アルビス旭ヶ丘

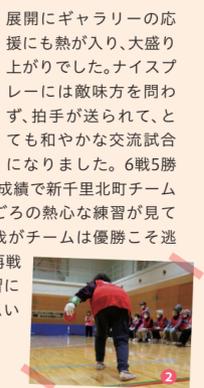


新千里東町のカーリンコンサークルは10年ほど前に結成し月に2回、和気あいあい楽しく練習してきました。カーリンコンはカーリングに似た競技で2チームに分かれて、床の上を各6枚のディスクを互いに投げ合い、ポイントへの近さを競います。高齢の私たちでも気軽に始められると、ほかの団地でもサークルが立ち上がり、今回大阪府立稲スポーツセンターで4団地対抗の交流試合が開催されました。

という見事な成績で新千里北町チームが優勝し、日ごろの熱心な練習が見て取れました。我がチームは優勝こそ逃しましたが、再戦に向けて、練習に励みたいと思います!

レポーター:  
T.S.さん

1 40人以上が集まる、にぎやかな交流会となりました 2 各団地と2回ずつ対戦し、勝利数を競いました



2

12月24日

## 今年は二胡が聴けました! / クリスマスイベント&コンサート

新多聞(神戸市垂水区)



新多聞では毎年クリスマスの時期にイベントがあるんです! 今年は私も参加する音楽サークルの演奏会と、宝塚市で音楽講師をされている中川邦子先生による二胡とバイオリンのコンサートが開かれました。二胡は中国の楽器で、優しく雄大な音色で奏でると日本の楽曲も不思議と中国風に聴こえました。隣の方が目を閉じてうっとり聴き入っている姿が印象的でした。集会所前にはキッチンカーが登場し、キッシュなどクリスマスらしい? ごちそうが並んでいました。映えスポットでは子どもたちの写真撮影や、近くの保育園児の作品展がほ



ほえましかったです。夜はイルミネーションの点灯も行われ、「パッと雰囲気が出るようになりますよ。寒さに負けず、クリスマスイブを子どもと楽しませよう」と通りがかったお母さんが話してくれました。団地で過ごす聖夜も楽しいなと再確認しました!

レポーター:S.S.さん

1 二胡の音色に聴き入る皆さん 2 集会所の映えスポットも人気



2

2月6日

## 体操で、ちょっと一汗 / 生活不活発病講座、健康体操

西大和片岡台(奈良県北葛城郡)



集会所で健康講座をやるというので、友達を誘って参加しました。以前、体操講座があったので、今回も自分の生活に取り入れられることがないかなと楽しみでした。

「生活不活発病」について教えてくれたのは日本赤十字社奈良支部の浦田さん。外に出なくなると、体の機能が落ちて、外出がいやになって、さらに悪化するということです。「片足立ちで靴下をはけない」など体の機能を見る口コミ

チェックがありました。私もほかの参加者の皆さんも引っかけらず、日ごろから運動する習慣をつけておいてよかったです! 身体の機能が落ちると、家で転んで骨折しやすくなってしまふ……。万が一の時に、ビニール袋など身の回りにあるもので腕を吊り下げる応急処置も教えてくれました。最後は、座ったままできる健康体操の体験。少し汗ばむぐらいのトレーニングでしたし、運動不足解消に取り入れてみようかしら!?

レポーター:  
K.O.さん

1 皆と一緒に体操を行いました 2 骨折時に身近なもので腕を吊る処置を実演



2

2月25日

## 大学生が主催してくれました! / カフェよりそい+

総持寺(大阪府茨木市・高槻市)



集会所で定期的に開かれているふれあいカフェが、今回は何やらパワーアップするらしいと、チラシを見て訪れました。立命館大学の学生さんが、授業の一環で、お手伝いを買って出てくれたらしく、カフェ以外にも、スマホ相談室、脳トレ、モルック体験と盛りだくさんの内容でした。ボランティアの皆さんが入ってくれたコーヒーを飲んでいて学生さんが「脳トレやってみませんか?」と声を掛けてくれました。漢字クイズやパズルがあって、私は数独にチャレンジ。頭を悩ませている横で、大学生の1人がすぐけん玉が上手らしく、ほかの参加者の方に腕前を披露していました。次々と技を



成功させていて、感心してつい見入ってしまいました。また、スマートフォンの使い方も丁寧に教えてくださり、ちょっとお茶をするつもりでしたが、若い方とお話もできて楽しかったです。

レポーター:A.Y.さん

1 お茶をしながらスマホの使い方を教えてくれました 2 ボランティアの皆さんがコーヒーを提供



2

# みんなでつくる、すみよいだんちぐらし

大学と連携して、防災グッズを配布

醍醐石田(京都市伏見区)

約900世帯が参加する同団地の自治会は、全自治会員宅に、防災グッズを配布しました。2月に届けたのは地震などの災害時に玄関扉が変形し閉じ込められた際に、中に人が取り残されていることを知らせる防災ブザー。暗闇でもすぐに見つけられるように蓄光シールが貼られ、玄関扉にくっつけられるように磁石が付いています。

企画と配布に協力してくれたのは、京都産業大学のボランティアサークル「NONTS(ノンツ)」の皆さん。自治会長の越地隆和さんは「2019年から協力いただいて、防災教室の開催や防災マニュアルの配布を行ってききました。コロナ禍で一度に集まるのが難しい中でも、住民の皆さんに防災意識を高めてもらおうと実施しました」と話します。団地内でも高齢化が進む中、若い大学生の皆さんに団地の防災に協力してもらうことで、フレッシュなアイデアが生まれたと越地さんは言います。「住民の方が積極的に参加してくれて、災害への備えと一緒に学んでくださってすごくうれしい」とNONTSの皆さんは語ってくれました。これからも大学などと連携しながら安心して暮らせる団地づくりを進めていきます。



配布したオリジナル防災グッズ

1 越地さん(後列右から2人目)と自治会、NONTSのみならず 2 小雨降る中、配布してくれました!



# みんなの生活シェアしよう! 暮らしの写真館

読者の皆さんから、暮らしの一コマを切り取った写真を大募集。季節の花々、お部屋からの風景、家族と撮った1枚、皆さんの思いが詰まった写真をご紹介します。



仲良し姉弟

22歳・20歳・17歳仲良し姉弟、今でも並んでお昼寝します。(名谷公園前 M.R.さん)

見慣れた団地も不思議な光景に見えます。(今津浜パークタウン T.S.さん)



アリの目線



春の予感

近くの自然たちも春の準備をしていました。(千里青山台 K.H.さん)

3色紅葉がきれい思わず撮りました。妻と二人暮らしになってから、景色などにも目を向けるようになり幸せです。(アーベイン東三国 M.S.さん)



綺麗な紅葉を2人で

募集中! 皆さまから素敵なお写真をお待ちしています。応募方法は7ページの下部をご覧ください。

## みんなの団地掲示板!

「まど」編集部に寄せられたお便りから、一言エピソードをお届けします。

同じ建物はかりなので、自分の棟を間違えて別の部屋に帰ろうとすることがままあります。あるあるですかね? (落合 S.H.さん)

近所の公園で80代の韓国の方に話しかけられ、昔の話を聞かせてもらいました。大好きな韓国料理の作り方や若い頃の辛い思い出など偶然でしたが楽しいひとときでした。(フレール・アスタ大橋 S.Y.さん)



うちの団地は、ベランダからの空の眺めがきれい。他の団地はどうですか? (南港ひかりの T.S.さん)

1月に初孫が生まれました! とってもかわいいよ〜! (醍醐石田 H.M.さん)

新しい趣味がほしい... 60歳を超えて何が良いのか、おすすめを教えてください。(男山 S.S.さん)

採用には図書カード(500円)をプレゼント! 応募方法は7ページ下部をご覧ください。



## 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20回 有野(神戸市北区) 辻野 友香さん



▲「団地生活で困っていることがあれば、気軽に窓口へ」と辻野さん

## 住民や地域とのつながりが何よりうれしい

2020年7月に有野に着任し、コロナ禍の中ではありましたが、住民の皆さんに温かく迎え入れていただきました。当団地は約2100戸で空き家率が低く、働き盛りの世代から高齢の方まで幅広い年齢の方が住んでいる団地です。団地の自治会はありませんが、地域の会議に出席し、地域関係者とのつながりを作っています。

えることが何よりうれしかったです。今後はサークルとして、皆さん同士がつながることも楽しみです。ぬり絵教室イベントなどを企画していますので、ぜひ参加してくださいね。



七夕には管理サービス事務所に、笹飾りを展示。



皆さんに短冊を書いていたかったです!

## 団地テナント 気になるお店

花ちゃんちのおうちごはん 中登美第3(奈良県奈良市)



みんなのきょうつの食卓に

温かみのある木製の扉、その奥から「いらっやいませ」と笑顔で迎えてくれたのは花村淑子さん。「花ちゃんちのおうちごはん」は団地の皆さんに手作りの家庭料理を食べてもらいたいと、花村さんが12月にオープンしました。日替わりの定食は肉をを使った主菜と野菜をたっぷりの副菜2皿、そして注文が入ってから味噌汁を溶かすという味噌汁の一汁三菜のスタイルです。「昔から団地が好き。団地の皆さんに、もう一つの食卓として使ってもらえるように、ほっと一息つけるようなメニューを毎日提供しています」と花村さんは話します。

ひろびろとした店内は、全ての座席からカウンター奥の調理場が見えます。花村さんと自然と世間話が始まり、いつの間にかお客さん同士の交流も生まれているのだとか。14:00~17:30の喫茶タイムは、手頃価格でコーヒーやほうじ茶に茶菓子がついて、ホッと一息をつけます。「暖かくなって、出掛けやすくなってきたら、演奏会などのイベントも開催したい。皆さんが集まって、コミュニケーションが生まれる、そんな店にしたいです」と花村さんは話してくれました。



1 カウンターから、気さくに話しかけてくれる「花ちゃん」こと花村さん 2 素材一つ一つにこだわった日替わり一汁三菜定食(750円) 3 大きな引き戸が目を引きます

## SHOP DATA

奈良県奈良市中登美ヶ丘1-1994-3-D17-102 ☎0742-77-7271 ①水~金曜 11:30~20:00、土・日曜 15:00~20:00 ②月・火曜 ③近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘」駅 徒歩11~23分、近鉄奈良線「学園前」駅 徒歩9分 徒歩2~10分