

# 生涯現役情報ステーション かわら版第30号

2017.10月発行  
生涯現役情報  
ステーション  
ひだまり友遊会館  
4・7・10・1月発行



ホームページ [生涯現役情報ステーション](#) → 検索

敬老の日皆様おめでとうございます。健康寿命を延ばし何時までも元気で長寿をとともに喜びませんか。  
敬老週間行事 於 ひだまり友遊会館

9月17日18日台風が心配されましたが18日は快晴楽しい行事となりました。写真をご覧ください。



1・2・3段 作品展  
4・5段 舞台芸能  
6段 初めての試み  
カラオケ大会

# せたがやふるさと区民まつり

平成29年8月5日(土)から6日(日)

於区役所中庭、会館ホール、若林公園

馬事公苑が工事中のため区役所周辺で行われた区民祭りの様子です。オリンピックの後もしばらくはここを使用する予定です。会場は狭くなりましたが猛暑と相まって熱気一杯でした。



若林公園



区役所中庭



区役所中庭



区民会館ホール



松陰神社境内 同日開会松陰縁日



## 参加して楽しいグループ紹介

### 世田谷環境学習会

#### 『2017年度 環境入門講座』のお知らせ

『世田谷環境学習会』は、広く一般市民を対象とした環境学習事業や環境啓発活動などをおこない、世田谷区地域を中心に環境保全活動とまちづくりを推進しております。

このたび第8回「環境入門講座」を開催します。環境について楽しく学び、仲間づくりをしませんか！

■内容・日程 : 世田谷育ちの野菜を使った省エネ調理、区内の川や湧水の水質調べ、国分寺崖線の自然観察など、環境と身近な生活とのつながりを考える体験・参加型の連続6回の講座。

- ・11月 1日(水)食と農を学ぶ
  - ・11月15日(水)水について考える
  - ・11月29日(水)世田谷のみどりを知る・観る・楽しむ
  - ・12月 6日(水)ごみの行方、資源回収を知ろう
  - ・12月13日(水)地球環境を守るために
  - ・12月20日(水)講演:世田谷区の環境政策・講座
- 5日間のまとめ

■時間・会場 : 13~16時半(11/1は11~16時半)

会場は区諸施設の会議室等

■参加費用 : 全6回一括3,000円(資料代・保険料等)

■募集人員 : 20名(応募多数の場合抽選)

■申込方法 : 氏名(ふりがな)年齢、性別、住所、電話番号、メールアドレスを記載の上、メール、FAX又は往復はがきでお申し込み下さい。

■申込期限 : 2017年10月25日(水)必着

■申込先 : 世田谷環境学習会

講座担当 杉山 顕一

〒154-0016 世田谷区弦巻4-6-14

電話・FAX: 03-3420-1783、

メール: fwhv1526@nifty.com

※ホームページからもお申込できます。(世田谷環境学習会で検索)



## NPO法人えこひろばの紹介

NPO法人えこひろばは2001年に設立認可され、「楽しく、お得に、省資源」をモットーに環境啓発活動をしている団体です。

### 1. 楽しく体験する

裂き布ぞうり、ネクタイで作る帽子、かさ布バッグ作りなどのもの作り、傘やおもちゃの修理、包丁とぎなどの修理作業、生ごみから堆肥を作りそれを使って野菜を育てる園芸講座などです。

### 2. 学んで広める。

エコライフ講座の企画・運営、工場や研究センター等の見学会、エコライフ広報誌の発行などです。

### 3. 協働で広げる

区役所などの行政、商店街などの事業者、大学などの研究機関、地域団体などとの協働で成果をあげています。

興味のある分野で、できることから少しずつ、仲間と楽しくやりましょう。お気軽にご連絡ください。

塚元多美子(090-6315-7432)

多田和夫(090-7283-8605)

ホームページ<http://home.e00.itscom.net/eco>



裂き布ぞうり

園芸講座

## 「若林スポーツ会」の紹介

「若林スポーツ会」は昭和55年4月に設立し、会員相互の健康維持増進と親睦を図ることを目的としています。現在、世田谷区健康体操連盟の大野美穂先生のもと約20名の会員がひだまり友遊会館で楽しく心地よい汗を流しています。

若い大野先生のハツラツとした張りのある声とりズム感あふれる体操で笑いがたえません。私はリズム音痴で何とかついていっていますが、終わった後の心地よさに何時の間にか来週も頑張ろうという気になっています。

体操中には意識という言葉が先生から多くでます。この体操はこの筋肉を意識してとか、日常生活でも数分でもいいので意識してこのような体操を

というふうにです。

私ごとですが、以前に夜中の足のツリによく悩まされました。健康体操のなかで寝る前にベッドで簡単に出来る体操を教えてもらい早速毎日実行しています。今では全くその悩みは無くなりました。このような「若林スポーツ会」ですが、毎月4回、火曜日、11時からひだまり友遊会館で行っています。興味のある方の見学をお待ちしています。(連絡先 090-1119-0426 嶋)

おはなし会のようす



体操のようす

## 「おはなしたまごの会」の紹介

「おはなしたまごの会」は、二子玉川を中心に、「おはなし会」活動をしているボランティアグループです。2012年に二子玉川の世田谷ボランティア協会「玉川ボランティアビューロー」で、「ストーリーテリング講座」(4回)が開催され、その後に、修了生が活動したいと誕生しました。「ストーリーテリング」とは、アメリカで始まった児童に対する読書活動の一つで、主に昔話を語り、その図書を見童に手渡して読んでもらう図書館活動です。

世田谷区内の図書館や小学校で「おはなし会」を開いて、昔話の語りや、絵本の読み聞かせを聞いてもらい、手遊びやわらべ歌と一緒に歌って楽しんでもらいます。

今では、赤ちゃんや高齢者の施設へ出掛けることも多くなり、オカリナ演奏も加え、唱歌や童謡を披露し、歌ってもらいます。

学習会は、二子玉川付近で、月に2回(第2、4金曜日)で、昔話、絵本、詩、手遊び、指人形、わらべ歌etc.を学んでいます。

昔話の語りは、本から覚えて語るのも大変!! !と思われるかもしれませんが、語っていると楽しくなって来ますから、それほどでもありません。ご一緒に楽しみませんか? 会員募集中です。HP <http://mslib2014.wixsite.com/ohatama>

## ～ひだまり友遊会館のご案内～

### □にいなな会の映画サロン

- 10月13日(金)『あなたへ』  
10月27日(金)『シェーン』  
11月10日(金)『アンネの日記』  
11月24日(金)『あん』  
12月 8日(金)『肉弾』  
12月22日(金)『リオ・グランデの砦』  
時刻 13:00から  
参加費 300円(お茶 お菓子付)



### □美術を楽しむ講座

第七部 日本美術おもしろハイライト

講師:谷岡 清

第4回 10月30日(月)

平安貴族の見た"天国と地獄" 死後どこへ  
一生前の善行・悪行の程度により行き先が決まる。  
さてあなたは?

第5回 11月27日(月)

黄金色に輝く'琳派'の華麗で洒脱な日本美!  
一宗達・光琳の洗練された作品は日本美の粋へ

第6回 12月18日(月)

白い肌で王侯を狂わせた日本の"カキエモン"  
一マイセン磁器は柿右衛門の模倣から始まった

定員:60名(先着順)

全6回のシリーズ講座ですが、お好きな回に  
自由に参加できます。

時刻:13:30から 参加費300円

### ◆公益社団法人世田谷区シルバー人材センターだより◆



世田谷区シルバー人材センターは、元気で、仕事への  
意欲を持った方を募集しています。

長い人生経験、積み重ねた技術を、地域貢献、社会貢  
献におおいにお役立てください。

楽しい同好会もあり、カラオケや囲碁、俳句、ゴルフ、  
社交ダンスなど、初心者でも楽しく参加できます。

公益社団法人世田谷区シルバー人材センター

TEL:3426-9211

### ◆歌声inひだまり◆



日時:11月2日(木)10:30~12:00

テーマ:「秋～冬へ」♪もみじ

場所:2階 講習室

歌声リーダー:小川圭一

伴奏:片岡幸江

参加費:200円

### ◆リズム体操とかんたん脳トレ 体を動かして、脳を活性化させましょう

日時:11月26日(日)13時半~15時

場所:ひだまり友遊会館 体育室

講師:(株)東京アスレチッククラブ講師

対象:60歳以上の世田谷在住・在勤の方

申込:電話かファクシミリで11月1日(水)より

受付開始 定員:先着30名

参加費:無料



ひだまり友遊会館 世田谷区若林4-37-8  
TEL:3419-2341 FAX:3413-9444