

南青葉だより 陽だまり

第12号 発行日：2022年11月1日

発行：南青葉台自治会 事務局

文化の秋に因んでクラブ活動のご紹介

南青葉台会館では、様々なクラブ活動を行っています。今回は、その中から3つのクラブをご紹介します。

<コーラス> 「グリーン・リーブス」

メンバーの交替をしながら26年になります。

練習日：毎週（月曜日）13：30～16：00

会員：7名。

目標：大きな声を出して歌って、笑って、脳と体力の若返りをめざします。

活動：コロナ中は、お休みしていますが、フルールで歌の好きな方々と一緒に歌っていました。

最近の練習曲：「時代」「はかなき愛の誓い」「芭蕉布」
etc.で楽しんでいます。



<健康体操>

南青葉台で健康体操クラブを始めて10年になります。毎週水曜日の午前中に10人程の仲間と和気あいあいと体を動かしています。

体操の間は、好きな音楽、私達世代のユーミンやサザンを聞きながら気持ちを盛り上げています。

健康寿命を少しでも長く伸ばし、元気な生活を送れるように、特に体幹と肩甲骨、骨盤まわりを重点に日々汗を流しています。



<なごみ会>

毎週月曜日の午前中にカラオケをしているクラブです。会員は女性ばかり10名で、楽しく和気あいあいと唄っています。新しい歌に果敢に挑戦する人、又若い頃に流行っていた懐かしい曲を唄う人、それぞれに好きな歌を唄って、コロナコロナで何処にも出掛けられなかったり、日頃のストレスの発散解消になったりもしているようです。又、新しい歌、知らなかった歌を一生懸命覚えようとする事が認知症の予防になる事を信じ続けて行きたいと思っています。

尚、定員は満席になっています。



第3回スマホ講座開催

10月9日、第3回スマホ講座を開催しました。参加して頂いた方々から、「スマホを通じて前向きになりました。」「たいへん勉強になりました。皆さんと交流できて楽しかったです。」等、相変わらず非常に好評でしたが、一方で、「足のない方々は、行きたくても行けないから、可能なら送迎してあげたら。」とのご意見をいただいております。



秋の交通安全運動を実施しました

秋の交通安全運動期間中の9月28日に、見守隊と共に、

- ①バス停信号機
- ②会館下の横断歩道

の2か所で交通指導を行いました。子供たちは指導員の声掛けに応じて元気よく登校しました。



自治会の活動状況と予定

11月 4日	会館花壇花植え作業
11月 8日	ふれあい買い物ツアー
11月12日	防災委員訓練見学 (防災委員会主催)
11月13日	定例役員会
11月17日	廃品回収日
11月25日	いきいきウォーキング
11月30日	スマホ講座④
12月 4日	定例役員会
12月11日	年末一斉清掃
12月13日	ワーカーズ'X'教室
12月15日	廃品回収日
12月18日	臨時総会
12月 下旬	クリスマス会
12月 下旬	年末夜警

自治会公式



始動！

今年度より、回覧板の資料は、これまでの手回しに加え、公式LINEを使って皆さんのスマートフォンに送信することにしました。

友達追加は簡単です！

このQRコードをスマートフォンのカメラ機能でかざしてください。

かざすと、「南青葉台自治会」というグループが表示されますので、「友達追加」ボタンを押して操作を進めてください。



編集後記

寒さを感じる季節になると、風邪をひいたり、ちぢこまって肩に力が入り、肩こりや片頭痛を起こしやすくなります。東洋医学で、風邪(ふうじゃ)は「風門」から入ると言われており、ここを温めたり、押したりすると免疫力が高まり、風邪の症状に効果的だそうです。一度お試しください。

【風門～ふうもん～】首を前に倒し、首の後ろで一番出っぺりがある骨から指2本下にさらに左右に指2本分外側のところ。

加賀田地区の民話 第12話

今回は、加賀田に伝わる妖怪をご紹介します。

「ナンドバサン わたしら子供の時分にな、ヒヤ（納戸、物置）を入ったとこでサンドバサンちゅうてまつってましたわ、二股大根をオマシ（お供え）てな。暮れの三十日だしてんや。ヒヤア暗いやろ、せやからな、オヒカリ（燈明、神や仏に供える灯り）かてつけましたわ。経て、お膳で御飯とお汁ウオマシてな、ニンジンやら牛蒡(ごぼう)やら高野豆腐鵜やらオマシてましたわ。

お婆さんかてな、お正月前にな、ナンドバサン来るさかいにちゆて、丁寧におまつりしてはりましたわ。ヒヤちゅうたらわたしらな、暗いやろ、なんやくわい（怖い）とこやちゅうてな、思ってたけどな、ナンドバサン来てはるさかい、マンマンチャン（拝むこと）やちゅうて連れてかれましてわ。ほんで、おぼえてますんやわ。」

平成4年刊行「加賀田地区の民話」市教育委員会発行より

モックルコイン「チーカアプリ」の説明会

9月23日と10月1日の2日間で、チーカアプリのインストールと、使い方、またQRコードの読み取り方、チャージの仕方や、使えるお店の検索や支払い方についての説明を行いました。両日ともに大勢の会員の方々が来館下さり、市役所まで行くことなく自治会でやって頂けて有難かったと、感謝の言葉を頂きました。



廃品回収の実績報告とお願い

自治会の貴重な収入源となっている廃品回収の実績をご報告します。

アルミ缶は、「第3木曜日の当日朝」に出して頂くようお願いいたします。

			上半期		自治会収入		124,730円			
品名	単価	回収量	4月	5月	6月	7月	8月	9月	4~9月	
古紙	新聞	数量 (kg)	1,800	1,520	1,290	1,670	1,280	1,490	9,050	
		金額 (円)	3,600	3,040	2,580	3,340	2,560	2,980	18,100	
	雑誌	数量 (kg)	2,240	1,670	1,560	2,180	1,090	1,780	10,520	
		金額 (円)	2,240	1,670	1,560	2,180	1,090	1,780	10,520	
	ダンボール	数量 (kg)	1,020	830	730	1,110	580	850	5,120	
		金額 (円)	1,530	1,245	1,095	1,665	870	1,275	7,680	
古布	-	数量 (kg)	930	600	580	530	260	360	3,260	
		金額 (円)	0	0	0	0	0	0	0	
アルミ缶	118円/kg (平均)	数量 (kg)	130	110	120	130	130	130	750	
		金額 (円)	20,930	14,630	14,520	13,780	13,780	10,790	88,430	
計		数量 (kg)	6,120	4,730	4,280	5,620	3,340	4,610	28,700	
		金額 (円)	28,300	20,585	19,755	20,965	18,300	16,825	124,730	



ガレージ葡萄園



残暑がまだまだ厳しい9月14日、ご近所で評判のガレージ葡萄園 林さんをお尋ねしました。温厚なご主人と明るく行動的な奥さま。今回は、葡萄の栽培を主になさっておられる奥さまに、お話をお聞きしました。

奥さまが、南ヶ丘を散歩されているとき、車のガレージの天井の葡萄の木を消毒されている男性に出会い、お話をお聞きしているうちに「簡単やで、作ってみたら」と言われたそうです。

もともと薔薇など花の栽培がお好きで、無花果やブルーベリーも栽培されていた奥さま、平成22年11月19日ナフコで一株590円のピオーネの苗木を2株買い、本やネットで調べ悪戦苦闘しながら、早12年。

今年も紙袋で守られた120余房の紫色の宝石が、チラチラと覗いています。あと一ヶ月ほどで濃い紫色になり、しっかりと甘くなるそうです。

5月のゴールデンウィーク頃に花が咲きます。この時期、房の数を減らす摘花、残した房に小さな実が付き始めると、粒が大きくなるように摘果します。これらの作業が一番しんどいそうです。

次が、袋掛け。これら一連の作業は、すべて脚立に立って仰向いての不安定な作業のため、とても大変だそうです。収穫の後は、来年に向けて剪定作業が待っています。本当に大変ですね。でも、奥さまは、好きな事なので続けてきましたが、あと5年ぐらいかなと考えておられるそうです。

最初のぶどう棚作り、年2回の消毒、11月と2月の肥料やりは、ご主人のお仕事だそうです。

お家の前を歩いて「うわー美味しそう」と羨ましがっている裏にある、ご苦労や喜びを知った心に残る取材でした。林さんご夫妻、ありがとうございました。

