



2月号

さやちゃん

さやまだい

公民館・地区センターだより

平成30年
2018年2月



まーくん

『コモンズサロン』訪問記



ゲストの青野輝子さん（93歳）

1月18日（木）狭山台2丁目の『コモンズサロン』を訪ねました。▼平成28年にオープンし、常世田会長のもと10名のスタッフで運営しています。▼火・木・土曜に、10:00～15:00に日替わりでギター、手遊び、マジックを楽しんでいます。▼¥100のコーヒー、¥500で昼食を提供してくれます。▼私が訪問した時に、東京で女性初のタクシー運転手になり「がむしゃら人生」という奮闘記を出版した青野輝子さんと、参加者との質疑応答で大変盛り上がりしました。▼その後、水上文男さんが宮城県気仙沼市の友好都市、中国舟山市からの水産加工研修生が、自治会員とのホームパーティで中国料理を作る光景や、中国語研修会のビデオを見せてくれました。▼昼食後に、レインボー

クラブ会員の大黒さんと、木下さんの指導で、手遊び体操を楽しみました。

最初は「しりとり体操」で、語尾音に繋がる単語を考え発声する間に、腕を挙げたり、太ももを叩いたりする体操を楽しみました。

次に新聞5枚を巻いて丸棒を作り、その上からビニールテープを巻き、ストレッチ棒を作り、それを使って全員がストレッチ体操の運動を楽しみました。貴方も仲間に加わりませんか

村上記者



水上ご夫妻と描いた水墨画



しりとり体操光景

『カフェ・ド・狭山台』訪問記

1月10日（水）元気プラザに隣接する狭山台1街区の集会所で開催されている“ふれあいサロン”カフェ・ド・狭山台を訪問しました。▼11時半過ぎに訪問すると会場はもう20数名の方が賑やかにお茶を飲んだり食事をしたりして過ごしていました。▼ここは毎週水曜日の開催で、食事を、35名限度に供しているそうです。

カラオケも出来、スタッフの前には歌いたい希望の曲を書き込んだカードが順番に並べられていました。▼1日に20人位が歌を楽しんでいます。▼歌う順番を待っている方に聞きました。

・はじめは歌えなかったが、周りの方が教えてくれて上手に歌えるようになりました。（女性）

・歌うと点数も出るので励みになり、100点も出るのだが皆さんの平均点は96点くらいです。（女性）

・私は昭和7年生まれで、もともと東海林太郎のファンです。この人の歌はなんでも歌います。（男性）

・他の方の希望も、昔の歌、演歌、懐メロだそうで、皆さん楽しくひとときを過ごしておりました。▼今日は4人程のスタッフが1時間半くらい前から昼食の準備をし、11時半くらいには食べられます。▼今日のメニューはお赤飯に、野菜と鶏の筑前煮風、紅白なます、お新香。食後には、甘酒の振る舞いもありお正月気分も味わえました。お茶のみは100円、食事込みでは300円、カラオケ無料。食事をしたい人は11時半までに来てくださいとのことでした。

牧野記者



カラオケが大人気



おしゃべりコーナーで楽しい会話