

さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく



2017秋号

座談会 にぎわい処…ここから始まる地域の輪

文若

旅

紀行文

認定 特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会

わくわく編集委員会

秋

尾崎 喜八

ふたたび秋がここへ来て

太陽は真摯な光をみなぎらせ、

さわやかな、充実した天地の中で

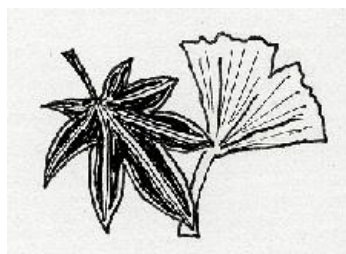
物は豊かに完成され、成就する。

黄と、灰いろと、うすい赤との、

すがすがしい自然の形象、

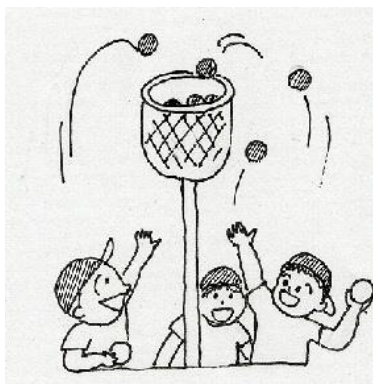
太陽のかたむく時、

空も野も瞬間の花やいだ無限になる。



もくじ 17秋号

巻頭詩		1
もくじ		2
にぎわい処・・・ここから始まる地域の輪		3～8
相模原の史跡ー当麻の天満宮ー		9
ヨーロッパ いいところの旅		10～15
情報コーナー ー相模原の救急医療ー		16～18
神奈川のご当地グルメ～その16～		19～21
障がい者の詩		22～23
上鶴間高齢者支援センターを訪ねて		24～25
人物シリーズ39 渋谷久美 さん		26
まんが「わくわくさん」		27



手話シリーズ 33		28～29
パズルにチャレンジ		30～31
私が選んだハイキングコース		
（一鶴川の三増合戦場を歩くー :西本）		32～33
（山下公園～桜木町:小倉）		34～35
相模原ボランティア協会(PR)		36
編集後記 （裏表紙の裏）		37

にぎわい処…ここから始まる 地域の輪

二〇一七年八月十六日
光が丘ふれあいセンターにて

小林節子 (グループにぎわい 代表)

渡邊玲子 (グループにぎわい 副代表)

前之園良江 (グループにぎわい 書記)

加々美邦子 (グループにぎわい 会員)

司会：西本 敬(相模原ボランティア協会)

◆にぎわい処とは？

司会／今日はお集まりいただきありがとうございます。グループ「にぎわい処」の皆さんです。よろしくお願ひします。最初に、会の中でどんな役割をされているか自己紹介をお願いします。

小林／にぎわい処の代表を務めております小林節子と申します。どうぞよろしくお願ひいたします。

前之園／書記をしております前之園です。

渡邊／副代表の渡邊です。

加々美／火曜日にボランティア参加して楽しんでおります。

司会／今日は以上の四人の方にご参加いただきました。では会がどんな活動をやっているかご説明いただけますか。

小林／光が丘ふれあいセンターで、毎週火曜日と木曜日に昼食の提供を行っています。食品としては六品目ぐらい皆様にお出ししています。

渡邊／そのほか、光が丘地区社会福祉協議会への外部からの見学の際の活動紹介のための試食会イベントとか、火曜日、木曜日交互に月一回開催されているふれあいセンターの「元気に歌いませんか？」という歌う会の後にも昼食の提供をしたりしております。

前之園／お年寄りのついでみそ汁を提供したり、地区社協のふれあい交流でカレー作りをしたりしています。また、地区社協の基金作りへの協力と

いうことで、市民桜まつりや地域のふるさとまつり、公民館まつりなどで模擬店を出したりしています。

◆100周年活動に参加power up!!

司会／地域のいろいろな場面で「食」の方から協力しているということですね。続いて、お一人お一人が参加するようになったきっかけをお話いただけますか。

小林／並木に住んでいらつしやる方



が「ちよつとご飯を食べに来てくください」で、伺つたら「手伝つてください」と言われたのがきっかけです。それからずるずると九年近く

のめり込んで……。

司会／手伝おうと思われたのはなぜでしょう

小林／当時は陽光台のアパートでやっていて、行ったら人がいないのでお願いします、というのがきつかけでした。それからいろいろなことをお手伝いしている間に、お料理も覚えまして、みなさんとも顔なじみになりました。これは楽しいなという思いで長年やって来ました。

前之園／平成十八年の六月、相模原市の福祉モデル事業の関係で、この地域で何をしたらいいかということで何回も会議をもちまして、できることからということ、いくつかの中の一つとして「にぎわい処」が設立され、当初からかかわっています。

司会／福祉コミュニケーション形成事業のモデル事業は、光が丘と東林の二ヶ所で先鞭を切って始まったものですね。渡邊さんはどうですか。

渡邊／私たち火曜日のメンバーは、食生活改善グループ「わかかな会」に、平成十五年に話があつて、平成十六年からだったと思いますが、プリーズさんと一緒に火・木・土の三回やりまし

ようということが始まり、その後、火曜日と木曜日になりました。塩分控えめ、生活習慣病予防を基本にして



「おいしく、楽しく、健康に」をモットーにやっています。

加々美／私も同じように平成十五年に、当時の公民館長さんから「わかかな会」に参加呼びかけがあり、会としては参加しないうちになりましたが、私と何人かは個人として参加しました。

◆築ついで

司会／そうでしたか。始まりは全然知りませんでした。活動されていて、おもしろいところなど感想がありますか？

前之園／一人暮らしの男性の方が、雪でやめようかという時でも、ここにくると誰かに会えるといつて来てくれ

るので、それがうれしいです。こういうところがあるから話ができてうれしいと言ってくれる、そういう声を聞くのが幸せだなと思います。

司会／加々美さんどうですか

加々美／最初は一人だった男性参加者が二、三人になつて今は四人くらいになりました。帰りにスーパーやオコに寄ると五人くらいでおしゃべりをしていたりして、にぎわい処でつながった方たちがそこでも繋がっているのはいいことだなと思います。

司会／渡邊さんは

渡邊／つながっているというお話がありました、その方たちがふれあいフエスタなどにも一緒にいらつしやるんです。だからこういうところもみな誘い合つていらつしやるんです。元氣のもとになつていらっしゃるんですね。いらつしやらない方があつると、スタッフもそうですが、皆さんも「今日どうしたのかしらね」と心配したりして、ちょっと具合悪いらしいと聞くと、民生委員さんにお話をしたりしてネ。

小林／皆さんお友達がたくさん出来たということ、お食事が家庭的でとてもおいしい、だから来るのよと。お野菜も多いのですが、家庭菜園をしておられる方からその日の朝にいただいで、その日に提供します。やっぱりここに来ると皆さんの顔が見える、おいしいものが食べられる。その声を聞くとはつとしますねえ。ああ、携わっていてよかったです。

◆メニューの決め方

司会／交互に担当して週に各1回、少ないようでも凄く多いですね。来週がすぐ来ますよね。メニューとはどうやって考えるのですか？ 突然大根がポンと来たりして。臨機応変というのは、やっぱりその日のリーダーの方中心に決めるのですか？

小林／木曜日ですが、メニューはね、水曜日にお使いに行った時に、その日の安くていいものを買ってきて、木曜の朝に眺めて、主菜はハンバーグ、後はあれとこれねとか言って、いろんな

ものをいただくので、そういうものをつまぐアレンジしてこえます。

司会／火曜日はどうやって決めますか？

加々美／ほとんど渡邊さんがさつ



と決めて、これでどうですかって電話が来るから、あ、いいんじゃないと言つて決まります。渡邊さ

んは大変だと思いがすが。(笑)

渡邊／あのね、決めても買いに行つたところで高いとそこで又変えなきゃいけないので、こうだけどこれでいいかしらとか、ヤオコーでお茶を飲みながら「来週は何にしよう」とか話し合いながら決めたりとかね。このあいだはいらつしやつた方が、肉ジャガが食べたいとリクエストがあったり、お野菜がたくさん食べられるのがうれしい

とか、その時その時で決め方が違います。ただ、火曜日はお肉メインとお魚メインと一週交替を原則にしています。**司会**／にぎわい処では、いつも違うものがあるので感心しています。それにやさしい味なんですよ。健康のこともあつて、味が濃くなくて、素材の味が生きていいなあと思つています。特にこんな点で工夫しているということがありますか？

渡邊／私は、お醤油味、味噌味、味が偏らないように、夏だと必ず酢の物を入れるようにしています。

小林／お安いものを買ってきてですが、酢の物はほとんど付けています。野菜サラダ、ポテトサラダとかもつけて、今週はこれから来週はこれといったミーティングもしないで、八年、九年一緒ですから。あうんの呼吸でやっていますよ。前之園さんに教わって。

◆活動のひろがり

司会／前之園さんのノートに一生

懸命に何か書いてありますが……。
どんなことが書いてあるのでしょうか。

前之園／昨年までの八年間の数字で

すが、回数

が六六五回、

お客様が二

〇、二四〇

人、ボラン

ティアスタ

ッフが三、

四四三人と



いう数字が

あります。最初の頃は少ないんですけど、このところでは「歌いませんか？」もありますし、障がい者の施設でお弁当も頼まれて増えていますので、二〇〇三〇個だったのですが、最近では九〇個でもへいちやらというぐらいになっています。歌いませんかのお客様さんが四〇〇五〇ぐらいで、弁当が二〇ぐらいで、食事だけのお客様があまりです。九〇個近くになります。
司会／昔のパート時代の数字が入っているんですね。最近では「歌いま

せんか？」がない時で何個ぐらいでしょうか？

渡邊／お弁当入れて四〇個ぐらいで

しようかね。スタッフの賄いを含めて

五〇個といったところでしょうか。

前之園／地域のふれあいいきいきサ

ロンでここを使っていたけど時もあり

ますし、前にもできましたように、地区

社協に外部から見学があったり、ふれ

あいセンターへの見学でも受け入れる

時があります。

司会／これだけたくさんのお客様を

受け入れてご苦労様ですが、一回あた

りのスタッフの数はどんなものですか？

小林／木曜日は平均五人ですね。

渡邊／火曜日と同じですね。来られ

る方は六人でもいいから来てちょうだい

いと言っています。始めた頃から十年

くらい年をとりましたから、一人でも

多くいると、一人の負担が軽くなりま

すのですね。そういうことで、時々六人

の時もあります。

司会／長い期間ですが、スタッフの

入れ替わりはいかがですか？ 皆さん結構長く続いていますか？

前之園／そうですね、ながく続いて

いる方が多いですが。そろそろメンバ

ーの入れ替わりも必要なときですね。

渡邊／八十代の方で、入院しておら

れる方がいらっしやいます。ぼちぼち

世代交替も考えなくてははいけませんね。

三人ほど新しい方に入っていたいた

りしています。

司会／皆さん長く続けていただいて

いるということは、続ける喜びみたい

なものを感じていらっしやるのでしょ

うか？

小林／そうですね。木曜日を楽しみに、ボケ防止にと来ていますよ。(笑)

渡邊／五十、六十、七十代ですね。

小林／五十代っていましたか？

渡邊／あ、若く見えていました、が、

いませんか？(笑)

◆今後の思い

司会／今頃になって年齢がわかったりしてね。ところで、こういう「大人

の食堂」のような活動は市内でもやられているし、これからやってみようという方々もいらつしやると思いますが、これからという方に先輩として何かメッセージはありますか？

前之園／余裕があれば子ども食堂ができればなあと思います。ここは高齢者支援センターがあるので、認知症の方が来られると思いますが、そうなるを迎えに行かねばならない。元気な方がバックアップしてもらえればいいなと思っています。

小林／お母さんが、お勤めが多いので子ども食堂みたいなものを作りたいと思いますが、私ももう少し若ければなあ。

渡邊／子供食堂は、中央区の三ヶ所を見学したのですが、やはり材料は寄付が多く、宗教関係、生協関係、個人負担での外国籍の方でした。

子供に対しての食事、食育がすごく大事だと言う事が分かり、貧困という事ではなく大人と一緒に食事を楽しみ、少し勉強する。こちらでできればいい

なと思います。

司会／やはり続けることがすごく大事で、必ずしも全部無料という必要はないでしょうね。

渡邊／子どもは一〇〇円、大人は二〇〇円というところもあるが無料というところもある。子どもたちの話し相手や勉強を見てあげることも必要となります。

司会／無料塾というのがある。塾に行くのはお金がかかるし、自然に勉強しなくなります。結果として貧困の連鎖という事が出てくる。無料塾とタイアップする方法もあります。ここは恵まれています。ふれあいセンターでやろうと思えば場所は取れるので、あとは財政の面と、やろうと思う次の世代の人がいればいいだけです。

前之園／タイアップすることでつなげていきます。元氣なうちに作り上げたいと思います。

渡邊／貧困でなくても、家庭で日中一人で過ごしている子供さんが非常に多い。そういう人たちがちょっとホッ

とする場所があればよく、お料理に限らず勉強や遊び相手も必要です。

司会／グループにぎわいとして、後継者を考え、にぎわいのノウハウを生かして子供食堂と一緒にやれるようにしたらいいですね。ただ時間帯が違ってきますね。夕方ですよ、やれたら夢みたいです。大変楽しみになってきました。にぎわい処の将来の展望とか夢についてお聞きしたかったんだけど、だんだん、そつちのほうに行っちゃいましたね。（一堂、笑）

渡邊／にぎわい処に戻りますが、にぎわいに高齢者支援センターの方が来て様子を見ていただけるといいですね。民生委員だけじゃなくてね。

小林／改善したいと思うことは、もっと若手が欲しいことです。今、皆さんね、足が痛い、腰が痛いっていうスタツフもいるんですよ。

渡邊／若い方はお仕事大切で、ボランティアに来てくださるのは少ないですね。

小林／広報で呼び掛けていくしかない

いですね。地域情報誌とかね。

渡邊／木曜日と火曜日の交流で、何か一緒に作ってとか、木曜日さんの餃子がとてもおいしいということ、そういう交流というものをやっていききたいなと思っています。

司会／そういう経験の交流とか、ノウハウの公開とか。仲良くやっていただいて。いいことです。

前之園／九年間にわたって木曜日と火曜日に野菜の差し入れをしてくださっている地域の坂巻さんに、この機会に特に感謝したいと思います。

渡邊／私たちもすごく気を付けてやっているんですけども、今まで食中毒とかそういうことが、それがなかったということ、それがとてもよかったです。

小林／食べ物に対し、刃物に対し、事故がないということは、スタッフの皆さんにとっても感謝しております。

司会／食品衛生の講習も受けられて、頑張っているらしい。

ございました。（おわり）



光が丘ふれあいセンター

設置者：社団法人光が丘ふれあいセンター

相模原市中央区光が丘 2-18-87



歌う会「元気に歌いませんか？」

終了後に「にぎわい処」で昼食の人が多い

お詫びと訂正

前号（二〇一七夏号）掲載の座談会記事「南区での活動あれこれとラウンジ活動」において、土田様のお名前を恵津子さんとすべきところ、恵美子さんと誤って記載しました。誠に申し訳ございませんでした。お詫びして訂正させていただきます。

相模原の史跡 当麻の天満宮

このページでは相模原の史跡を紹介する。

当麻の天満宮は当麻山無量光寺の西側下、旧一二九号のさらに西側に位置する。市場集落にある。

天満宮の縁起については、境内に建てられた説明看板には次のように書かれている。

新編相模風土記等によればこの天満宮は延久五年（一〇七三年二月二十五日）妙音が建てたものとされている。妙音は近江国三井寺の座主であったが、世をのがれて当地に來たり天神を勧請し山王権現社一字を建立した。

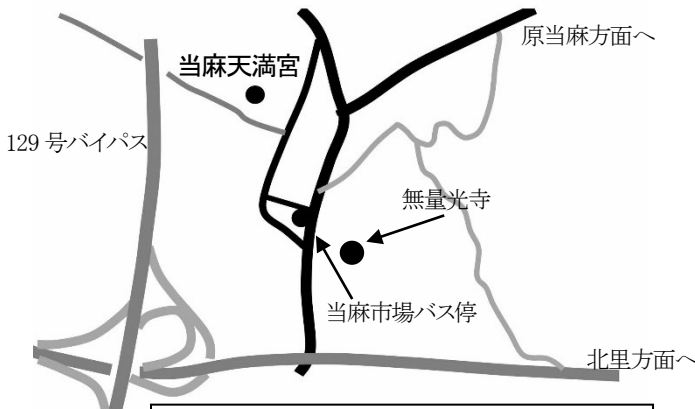
ご神体は菅原道真公の木座像、本地十一面観音の立像、湛慶作、古は大日堂にあったものと言われている。

以上の創建話とは別に、麻山集には他の縁起が記されているという。愛甲郡田代に尊生法師という僧がいて、信州の善光寺に祈願したところ、如来が夢に現れて、むくの木の種子にまつわる教えがあり、当麻山にたどり着き、当麻山二世真教上人の手によつて当麻山に種子を蒔き、一社を建立することとなった。この逸話については謡曲「道



明寺」として語られている。作者は世阿弥元清である。天満宮に行くには神奈中バスの当麻市場バス停が最寄である。

原当麻駅を始発として、厚木バスセンター行きを利用すれば、一時間に一、二本のバスがある。乗車後十分程度で到着する。



※座間美都治著「相模原の史跡」を参考にした。

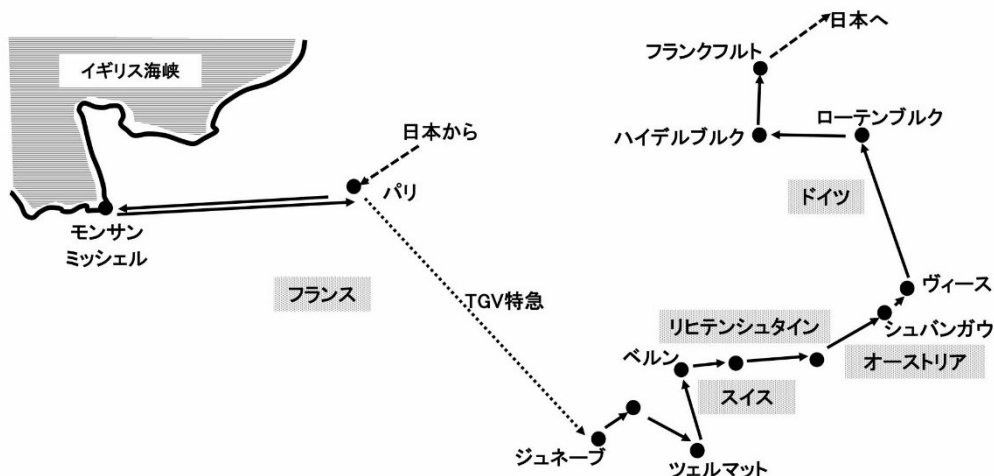
ヨーロッパ・ついでドイツの旅

西本 敬

◆旅の目的は

ヨーロッパは歴史と文化と豊かな自然が売りものです。私は、スイス、スペイン、ポルトガル、イタリア、ハンガリー、チェコ、ドイツ北部、オーストリア、ノルウェー、スウェーデン、フィンランドなどの国々の中の有名どころを、ツアー旅行で訪問したことがあります。

素晴らしいヨーロッパではありますが、その中心にあるフランス、あるいは、花のパリにまだ行ったことはありませんでした。今回の観光の目的は、チラツとでいいから、フランスのいい所を訪ねること、また、ドイツ南部、さらに久々にスイスの氷河や山を眺めることとしました。旅程は七泊九日（機中一泊）、出発は六月十四日でした。時期からしてもまあまあ暑くない季節ではないかと期待して行きました。



◆身近に見た絵画と彫刻作品

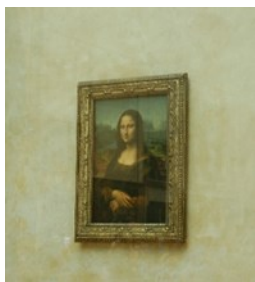
(十五日)

最初の訪問地はパリ、まさに「おのぼりさん」である私たちのツアーは、まずはエッフェル塔、ルーブル美術館を訪問しました。エッフェル塔近くの小さなアンダーパスをバスで通りましたが、そこが二十年前にダイアナさんが交通事故で亡くなった場所とのことでした。何ということもない、ごく普通の小さなトンネルであり、急なカーブでもないのに、何故こんな所で？と思わずにはいられませんでした。

ルーブル美術館は三十万点以上の作品を収蔵しており、その中の一部が展示されています。モナ・リザやミロのヴィーナスなど誰もが知っている作品を身近に鑑賞することができました。フラッシュを使わなければ、写真撮影も自由です。私たちはイヤホンを通してガイドの詳細な説明を聞きながらまわり、昔教科書で見た有名な作品をゆつくりと見ることが

できました。

中学生の頃、日本で見る機会がありません



がら、見るこ
とがかなわな
かったレオナ
ルド・ダ・ヴ
インチ作。「モ
ナリザ」にや
つと会えまし
た。

ドラクロワ作の「民衆を導く自由の女神」、この絵画もフランス七月革命の



説明で、歴史
の教科書でも
見たような記
憶があります。
そのほかにも
次々と有名な
作品が並んで
いました。「ミ
ロのヴィーナ
ス」もレプリ
カを見ることが
ありますが、

意外に大きい実物を見ることができま
した。

午後はセーヌ川を貸切船でクルージ
ングでした。川の中にひしめき合っ
ているというほどではありませんが、し
かしまあ、船の数の多いことには驚き
です。これはこれで、一大観光産業な
のだなあと思得。

◆ベルサイユ宮殿（十六日）

翌日は、朝から宮殿へ。予約してあ
る時間にゲート付近に集まり、順次、
団体ごとに入場していきます。予約し
てあるとは言え、結構待たされた感じ
でした。

宮殿は、歴史の舞台になってきた場
所です。特に印象に残ったのは、第一
次世界大戦の後、一九一九年に行われ
た和会会議、出来上がった条約はベル
サイユ条約と言われます。その会議場
は「鏡の間」という総鏡の大きな室で
した。ここで、若かりし牧野伸顕が、
敗戦国から搾り取るのではなく、平和
のための会議でなくてはならぬと力説

したもの、大国からは無視されたと
のガイドの説明。その場所では大変に
感激しましたが、帰国後調べると、会
議というよりも調印式などをここで行
ったとのこと。また牧野は若くはな
ったことがわかり、アレ？ という感
じです。



きらびやかな鏡の間

◆モンサンミッシェル（十六日）

午後からバスで、三五〇km走って、

モンサンミッシェルに向かいました。
(大天使) 聖ミカエル山といった意味
だそうで、海岸の浅瀬にある大岩に載
せるようなかたちで建設された修道院
です。その姿・形が、いかにも日本人
が好みそうな景観だと思います。でき
れば夕焼けの中で見たいのですが、昼
が長い季節ゆえ、日の入りは十時頃と
遅くなってしまう、それはかないませ
んでした。



モンサンミッシェル

翌朝、改めてモンサンミッシェルに
渡り、島内をくまなく散策し、構造な
ども見る事ができました。尖った岩
に最上階を載せ、下階には大きな石柱
をたくさん建てて、上の床を支えてい
るようです。

ここは十五mもの潮の干満差があり、
ちようど昔の江ノ島のように、満潮で
は島になり、干潮では道路がつながる
状態だったそう、急に潮が満ちてく
るために、海に飲み込まれてしまう人
もいたそうで「モンサンミッシェルに
行くなら遺書を書いていけ」と言った
そうです。今は、橋ができて、いつで
も安全に渡ることができるようになりました。

ここの名物は泡々ふわふわしたプ
ールおぼさんのオムレツです。昼食に
食べましたが、ふぁーと口の中に入り、
あつという間になくなってしまいました
。まあ、一度食べればいいかなと思
いました。島の中の店が最初の店です
が、対岸にもレストランがあります。

◆TGVでジュネーブへ(十七日)

午後はモンサンミッシェルからパリ
のリオン駅にバスで戻りました。ここ
からは新幹線でジュネーブへ向かいま
す。スーツケースは荷物室に預け、日
本食レストランから届いた幕の内弁当
を食べながらのんびりと走りました。
三時間ほどで到着です。着いたホーム
はスイスでした。ホームから階段を下
りて駅を出るまでに何だか国境を出た
り入ったりしたようで複雑でした。宿



リオン駅のTGV

泊したのは
フランス側
のホテルで
した。ジュ
ネーブは国
境の街です。

◆マッターホルンを見る(十八日)

翌朝はバスでレマン湖の北側を通って、マッターホルン観光の拠点であるスイス南部のツェルマットに行きました。標高約一六〇〇mのツェルマットからは、有名な登山鉄道に乗ってゆっくりと登ります。車窓からはスイスの大自然が見られ、時々、マッターホルンも見えます。やがて、標高二三三三五mのゴルナーグラード展望台に到着です。



マッターホルン

ゴルナー
グラード
はさすが
に高所に
あり、駅
を出て展

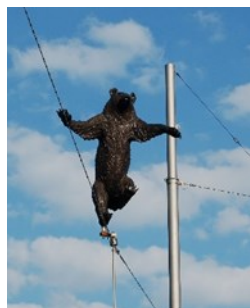
望場所まで上がって行くに、空気が薄くハアハアしてしまいます。実は、この場所は二回目の訪問で、前回九年前にはここまでハアハアしなかったのにと、思わぬところで時の経過を感じてしまいました。

この場所は、近くまで氷河が迫ってきているのですが、どうも氷が少ないうちに感じられました。前回は八月、今回は六月なのに……。

この日は、鉄道で山を降り、再びバスに乗ってスイスの首都ベルンへ。

◆ベルン、ルツェルン(十九日)

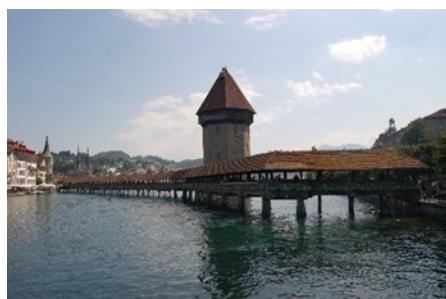
ベルンは古い町です。人口十四万人ですが、スイスの首都。意外に知られていないのではないのでしょうか。



アイシユタインに住んでいました。熊がマスケットで、ち

よつとびつくりする風景も。

この後は、バスでルツェルンへ向かいます。ルツェルンは木橋のカペル橋が有名です。一部火事にあつて、再建されましたが、古いままの部分もたくさん残っていて、きれいな姿です。こ



の街には古い教会、お土産屋さんもあり、癒される感じがします。前回訪問のときは、時間があつて、街のカフェでお茶したのを懐かしく思い出しました。

◆リヒテンシュタイン

冬のオリンピックで選手団が行進することでご存知かと思いますが、小さな公国です。人口は約三万七千人、面

積は一六〇平方キロメートルのミニ国家です。首都フアドーツに寄り、切手博物館を覗きました。この日は、一部オーストリアを通過し、ドイツの国境近くのフュッセンで宿泊となりました。

◆ノイシュバンシュタイン城(二十日)

フュッセンを出てホーエンシュバンガウに向かいます。ノイシュバンシュタイン城観光がこの朝のメインイベント。デイズニールランドのシンデレラ城のモデルと言われる端正な姿が売ります。予約順にゲートで待ちますが、電光掲示板にグループの番号が出たら入場できます。さて、予定の時間になったら、ちゃんと番号が表示され、これだけの人気スポットではありますが、整然とした入場ができました。パリのベルサイユ宮殿との比較をついついしてしまいました。ドイツはやっぱり違うなあと感心したものです！

内部はこまごました室の配置で、迷子になりそうでしたが、順調に見学できました。



端正な姿のノイシュバンシュタイン城

次に、近くにあるヴィース教会を観光し、ローテンブルクまで二三〇kmのドライブ。いわゆるロマンチック街道です。ローテンブルクの古い街並みの中に入っていました。今夜は城壁の中のホテルに宿泊です。京都の街中の古い旅館に泊まるような感じでしょうか。外は石畳とドイツらしい歴史を感じさせる景観です。

◆ドイツの古都(二十一日)

ローテンブルクでは、城壁の復元を進めており、日本でいえば「一口城主」のように、寄付を付けています。城壁に上って、歩いてみるとありました、日本の会社の名前が。



1年中クリスマス用品を売る店

一年中クリスマス用品を販売している有名な店があります。店内を歩くとまるで、クリスマスのテーマパークに

ようです。シーズンには入店にも入場料が必要だそうです。



ローテンブルク市庁舎と広場

◆ハイデルベルクへ

ローテンブルクのホテルをゆつくり出て、東へバス移動。いよいよ最後の観光地ハイデルベルクに向かいます。この町には大きなハイデルベルク古城があります、かなり年月を経ており、城跡と言ったほうがよいかも知れません。

この町と熊本市は友好都市になって

いるということがわかりました。十四世紀にドイツ最古の大学として創設されたハイデルベルク大学があり、「川と古城と大学の街」というご縁からだそうです。なるほど、熊本市にも川、古城、大学があります。



2 2 2 m³の大樽

城内のワイン大樽はワインを税金として集めていたことから設置されていたそうです。



丘の上の古城

ハイデルベルクからフランクフルトへ向かい、日本へと帰ってきました。

【世界遺産】

ルーブル美術館、ベルサイユ宮殿、エッフェル塔、モンサンミッシェル、ベルン旧市街、

(西本 敬)

—情報のページ—相模原の救急医療 1—

今回は、急病にかかった時の情報です。市のホームページから抜粋しました。

休日や夜間に急病になったとき

休日や夜間に急病になったときは、メモの用意をして相模原救急医療情報センターへ電話をしてください。診療可能な医療機関をご案内します。

相模原救急医療情報センター 電話 042-756-9000

休日急患歯科診療所

日曜日、祝日等及び、12月29日から1月4日の昼間に急に歯が痛くなったとき、休日急患歯科診療所で受診が可能です。

(注 1) 事前に電話 042-756-1501 へ連絡してから受診してください。

(注 2) 受診される場合、保険証など(各種医療証をお持ちの方は、医療証も)を必ずお持ちください。

(注 3) 休日急患歯科診療所での受診は一時的な応急処置となります。後日かかりつけの医師または近隣の医療機関で診察を受けましょう。

<受付時間>

午前 8 時 45 分から 11 時 30 分

午後 1 時 15 分から 4 時 30 分

(注) 夜間診療は行っておりません。

住所 中央区富士見 6-1-1(ウェルネスさがみはら 2 階 相模原口腔保健センター内)

交通 (バス)JR 相模原駅発市役所前下車、徒歩 2 分



—情報のページ—相模原の救急医療2—

今回は、急病にかかった時の情報です。市のホームページから抜粋しました。

休日・夜間の急病の場合の診療施設の紹介です。

相模原中央メディカルセンター

英語名称

Sagamihara Chuo Medical Center

所在地

〒252-0236 中央区富士見 6-1-1 ウェルネスさがみはら内（1 階）

電話番号

042-756-1700

交通

JR 相模原駅からバス、「市役所前」下車すぐ

相模原南メディカルセンター

Sagamihara Minami Medical Center

所在地

〒252-0303 南区相模大野 4-4-1 相模女子大学グリーンホール内（1 階）

電話番号

042-749-2101

交通

小田急線相模大野駅北口下車徒歩 4 分

地図

相模原西メディカルセンター

Sagamihara Nisi Medical Center

所在地

〒252-0157 緑区中野 1681-1

電話番号

042-784-5199

交通

奈良井バス停から徒歩 3 分



ー情報のページー相模原の救急医療 3

今回は、急病にかかった時の情報です。市のホームページから抜粋しました。

休日・夜間の救急医療施設の利用方法は、

休日（日曜日、祝日、12月29日から1月3日まで）や夜間に急病になったときは、まずかかりつけの医師に連絡してください。連絡がとれないときは、相模原救急医療情報センター（電話042-756-9000）へ電話をしてください。診療可能な医療機関を案内します（ただし、歯科、医療相談は取り扱っていません）。

城山・津久井・相模湖・藤野地区夜間当番医（月別）

診療時間は、午後7時～午後10時（受付は午後9時30分まで）です。

なお、休日の当番医療機関「相模原西メディカルセンター急病診療所」では、午前8時45分～正午、午後0時45分～午後4時、午後7時～午後10時（受付は各時間帯30分前まで）の診療もおこなっています。

受診の前に、必ず当番医療機関に電話連絡をしてください。

神奈川のご当地グルメ

その 16

今回も引き続き、神奈川のご当地グルメを紹介してまいります。

米海軍伝統の正統派・石坂

「ヨコスカネイビーバーガー」

米海軍から提供された伝統的なレシピに基づき作った、つなぎを一切使用しない100%ビーフ。それを170g以上のビッグサイズでジューシーに焼き上げるまさに本場アメリカンバーガーです。

横須賀市商業観光課

電話〇四六八二二一八二二四

<http://www.cocoyoko.net/>



「横浜ビール」

開港時代に横浜にペリー提督と共に上陸したビタービールを復刻再現。本物のビール文化の伝統を引き継いだ高級アロマホップ使用、オールモルト製法の手作りプレミアムビールです。

●五〇〇円1本・三三〇ml)〇

ご購入は、物産観光プラザ「かながわ屋」ホームページでどうぞ

(株)横浜ビール

電話〇四五四二二七

<http://www.yokohamabeer.com/>



二宮ブランド認定商品

「村岡マヨや落花生・味付け(手むき)」

地場産の落花生を、一つ一つ手むきました。他地区では真似のできない熟練された高い加工

技術により風味豊かな老舗の定番商品となっています。

村岡地域 田中屋

電話〇四六三ー七ー〇三二三

<http://nino-brand.com/>



人気の落花生を五つも詰め合わせました

「落花生五色詰合せ」

旨みをより引き出す、うす塩仕上げの「塩南京」と、黒糖などを溶かして落花生に絡めた「黒落花糖」、手で殻をむいた落花生に胡粉をまぶして煎る古来からの製法で作る「手むき塩吹南

京」、じっくり時間をかけ風味豊かに煮上げた「落花生甘納豆」、落花生の通人に好まれる「さや付落花生」の人気五色を詰め合わせにしました。

(有)芳甘菓 豆芳

電話〇四六三ー八四ー五一ー〇



二宮ブランド認定商品

「落花生・さや付」

地場産の落花生を使い、熟練された高い加工技術で製造販売しています。贈答品として、地元

田中屋

電話〇四六三ー七ー〇三二三

<http://nino-brand.com/>



二宮ブランド認定商品

「落花生・塩味付き」

落花生を、創業100余年の老舗の技で仕上げた風味豊かな商品です。長年地元で愛された逸品は、贈答から毎日のおやつに人気の商品です。

豆友

電話〇四六三ー七ー〇三七六

<http://nino-brand.com/>



二宮ブランド認定商品

「落花生」

絶妙な煎りで風味を高めた落花生に、すっきりとした甘さの白砂糖、深い味わいの黒砂糖をまぶした逸品。明治初期より製造を続ける老舗が、一貫して良質な相州落花生にこだわり、味と品質管理を徹底しています。
渡邊の落花生

電話〇四六三七一〇〇一八
<http://nino-brand.com/>



「ワカサギ料理」

芦ノ湖のワカサギは「かながわの名産100選」のひとつで、毎年十月一日の刺網漁の解禁日には、宮内庁に献上されます。
箱根町総合観光案内所
電話〇四六〇一八五五七〇〇



※この情報は、ホームページ「かながわグルメガイド」から抜粋したものです。

なつかしの日曜日

鈴木 正

はるか昔の日曜日

家族そろつて歌合戦

娘息子にお母さん

おぼえた歌を次々に

音は少々はずれても

みんな一流ミュージシャン

心の奥の片すみで

今もその声聞こえるよ

はるか昔の日曜日

家族みんなでピクニック

むすびから揚げ用意して

天気も良いしランラン!

はつと気がつきや 息子がいない

迷い子にさせて大さわぎ

今じゃ息子もおじさんに

ホロホロ 苦くなつかしい

今じゃ毎日日曜日

二人は少々こうこうに

ピント外れもあるけれど

昔の話はぼけてない

出来ない事を悔やむより

出来ることを見つけよう

みんな、みんなにありがとう

明るく元気にさあ行こう



光

原田裕輔

夏の野じゅうが現れるの

待つていた 待つていた

夏が来た

暑い暑い日々

短くて絶好の日々

海辺の雑森から顔をおずおずとのぞかせる
きつと最強なのにはじらつてゐる

彼をねらつて銃をかまえていたのをおろす

瞳はけものそのものだが弱さが垣間見える
少し笑つてみた「待つていたよ」つて言い

野じゅうはしつぽを向け去つていった

彼がどんな悪さをするというのだ

きつと子供たちにからかわれ

女性たちに恐がられ

ずつとかくれてる……

彼の瞳の光が弱く光つていた

僕もそれに呼応しようとその光を追つた

ただ陽差しがその野じゅうと僕の頭を
照らしていた

光は何か解決できるのか？

回りは光にあふれかえつていた

夏の日のある日……

このコーナーでは障がい
者の皆さんの作品を紹介
しています。今回は、平
成二十八年のまごころふ
れあいコンサート応募作
品からです。



市内二十二地区の施設探訪

上鶴間高齢者支援センター

七月二十九日（火）梅雨明けから

厳しい暑さの続いていた日々でしたがこの日は少しだけ楽に感じられ、自転車を使つての訪問もあり苦にはなりませんでした。

この上鶴間高齢者支援センター（以下支援センターとします）はボラ通六月号で紹介した大野南支援センターと



管理者の日下部さん

昨年度まで一緒に運営されていて今年度四月から新しいこの場所では始めました。

上鶴間公民館の前を下って鶴園小入口の信号を左へ少し行くと左手の一軒家です。

担当地域は上鶴間一丁目の一部、二・三丁目、六丁目の一部と町田に近く境川に面した上鶴間本町と相模大野の北口側の二丁目、三丁目の一部、南口側の七・八・九丁目そして鶴野森三丁目の一部です。国道一六号線をまたいだり、小田急線をまたいだりして新旧住宅地が入り混じっています。

管理者で社会福祉士の日下部香さんにお話を伺いました。職員は七名うち男性が二名です。四月の開所以来場所の周知に努めて来て、大分わかつていただけた様に思います。ここへ来ていただいております。催したり、相談にも気軽に応じられる様にしているという事で、なるほど入りやすい玄関と明るい室内はそのままサンの雰囲気です。この地区の人口は約四万四千人で高齢者は約七千人、高齢化率は約十六%と市内では低い方

です。家族の多い多世代の旧家もけっこう多く、若い世代のマンションも多くなることが理由のようです。

早目の相談・・・この支援センターは民生委員さんとの連携も良く、困っている人、相談したい人をできるだけ早く見つけて対応することを心がけています。自治会もこの公民館区に十一あり、自治会から地域の高齢者の相談を受けることもあります。

友人づくり・仲間づくり・・・一人暮らしや認知症の人のために教室やサロンを作ることを進めています。支援センター一階のフリースペースで行い、もろってマンションや自治会集会場、公民館を利用して行えるように提案しています。ご家族の方々のための「ほっとサロン会」を年六回開いています。今回八月七日（木）は「薬の常識・非常識」と題して薬剤師さんによるセミナーが開かれました。



上鶴間高齢者支援センター

南支援センターと協
くように考えています。

地域ケア会議・・・支援センター主
催で地域の高齢者の様々な問題を取り
上げ会議を行っています。民生委員、
自治会、警察、医療関係などいろんな
職種の人が集まって、地域のネットワ
ーク作りも行っています。

最後に、ボランティアさんなしで
はこの支援センターも回って行き
まん。サロンの立ち上げなどに大き
な力を貸してほしいです。ここは交
通が不便な分、地域に身近な存在で
ありたい。ご近所やまわりの人たち
がとても温かいのでやりにくいと

介護予防と
して・・・荒
川区で考案さ
れた、転倒予
防のために足
の筋力を高め
る「ころぼん
体操」を大野
同で広めてい

思
ったことはありません。と意欲をみ
せて下さいました。

*上鶴間高齢者支援センター

(上鶴間地域包括支援センター)

相模原市南区下鶴間本町6-28-14

電話 042-767-2731

この施設訪問の記事は、以前
「ぼらんていあ通信」に掲載
されたものを転載したもので
す。

内容について一部古いも
のがあるかもしれませんが、
記事作成当時の内容ですの
で、ご容赦ください。

わくわく編集委員及び 印刷・製本ボランティアさん 募集！！

編集委員として、企画から取材・座談会など幅広くボランティアに関する情
報を、できるだけ新鮮なまま読者に提供できるよう活動していただける人材を
補充しています！

また、編集に携わるのは無理でも印刷や製本のお手伝いならできるかも・・・。
というボランティアさんも大募集です！

お気軽に、まずは電話をしてきてください。お待ちしております。

連絡先 〒252-0236

相模原市中央区富士見6-1-20

相模原市立あじさい会館内 ボランティアセンター内

相模原ボランティア協会 わくわく編集委員会 まで

TEL 080-3175-2139

今回は

相模原ボランティア協会

「ほかふれ」ホール部会長

渋谷 久美 さん

ご紹介します。

帰ってきた久美ちゃん

旧姓小倉久美さんは、高校一年生の昭和六十二年に相模原ボランティア協会に入会しました。

その前に中学一年の頃、相模原ボランティアセンターを訪ね、清新中学生としてボランティア活動をしていました。

同世代の車椅子障がい者のお手伝いをして



いま した が、 ボラ ンテ ィア 協会 の当 時の 会長

だった西本さんと出会い、「高校に入ったらボランティア協会にお願い」と誘われ高校一年の昭和六十三年に入会しました。

そして「なかよしクリスマス会」「ボーリング大会」の企画に参加。また「ふれあいフェスティバル」にも参加していました。

子育てが終わり、平成二十五年に十七年ぶりに復帰して「ほかふれ」のホール部部会長などで活躍しています。

ご出身は

相模原です。横山小、清新中、津久井高校、短大は松戸にある聖徳短大。

二十四歳の頃「合コン」で知り合った相模原出身の六歳年上の男性と結婚。

現在はJR相模原駅前の介護関係の会社でケア・マネージャーをしています。

また、新磯観光協会で地域協力員として「かしまつり」「まちづくり会議」委員もしています。

ご家族は

主人と高校三年、小学六年の男の子と四人家族です。

上の子が小学校へ上がる前に子連れボランティアをしていました。先輩の方が子連れボランティアをしているのを見て、「いいなあ」

と思いましたので。

ご趣味は

「カフェめぐり」です。一人の時間が欲しいので、いろいろなカフェを回っています。また「雑貨屋めぐり」も好きです。

最近読んだ本は

本はあまり読みません。新聞はじつくり全て読みます。

音楽は

「上々颱風・シャンシヤンタイフーン」といったグループが好きでした。(今は活動休止中)

いろいろなジャンルの音楽を聴いています。

ごからのご自身は

自然体で流れのままに。先輩ボランティアの方達と一緒に息の長い活動をしていきたいと思っています。

~~~~~

四十代。新進気鋭の相模原ボランティア協会の会員です。

そのフレッシュな感覚で今後とも活躍下さい。期待しています

聞き手 山本 和子



# 広告募集！

ぼらんていあ情報誌「わくわく」では、読者への身近な情報提供として、幅広く広告を募集しています。

広告の掲載料金は、以下のとおりです。身近な広告媒体として是非ご活用ください。

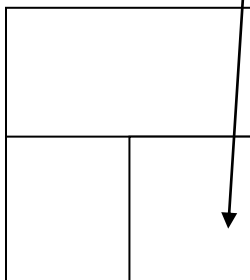
2段組で

A 7 = 3,000 円 (一段の半分)

A 6 = 5,000 円 (1 段)

A 5 = 10,000 円 (1 ページ)

わくわく A 5 判



- ・ 原稿は、そのまま印刷原稿となりますので、汚れないようにして、下記の宛先に送付してください。
- ・ 広告掲出料の支払いは、「わくわく」発行後、掲載料の請求を行いますので、指定された方法でお支払いください。

送付先

〒252-0236

相模原市中央区富士見6-1-20

相模原市立あじさい会館

ボランティアセンター内

相模原ボランティア協会

わくわく編集委員会 御中 まで

TEL 080-3175-2139

お問い合わせは 小倉義男まで

# わくわくさん

作 髯野 克己

絵 鹿野 徹子

## レストランで...



# 手話講座

基本その33

手話の基本的な動作を掲載していきます。  
単語を覚え、簡単な会話を楽しみましょう。

今回も、日常的な会話の手話です。

もう一度、来週の木曜日みんなが集まりませんか？。

## 「木曜日」

両手の親指と人差し指を開き、木の幹の形を表すようにお腹から肩の上に両手を開きながら移動させる。



## 「来週」

右手で「週」の手話をして顔の前に置き、前方に弧を描くようにその手を前に出す。



## 「もう一度」

あごの下に右手のこぶしを当て、パット前に出すと同時に人差し指を立てる。

1.



## 「どう？」

「どうですか？」と尋ねる表情で、右手の平を上にして相手に出すようにする。



## 「集まる」

両手の指をボールをつかむようにして肩幅に開き、左右の手を胸の中央に引き寄せる。



## 「皆さん」

右手のひらを下に向け、体の前で水平に円を描く。



### 「次」

右手の土佐市指を出して下に向け、顔の前あたりに置く。その手首を返しながら前方に出す。



次回は居酒屋で  
飲みながら相談  
しましょう。

### 「週」の手話は、

親指、人差し指、中指だけ伸ば  
しておく。



### 「相談」

親指を立て、両手を2、  
3回ぶつけ合う。



### 「場所」

右手を体の前に置いてあ  
るものを軽くつかむよう  
な形にする。  
「お酒」+「場所」で「居  
酒屋」



### 「お酒」

おちょこを持つ手つきを右手で  
し、口元から右ほほのあたりに  
手首をひねる。



いかがでしたで  
しょうか。実際  
に使ってみると  
いすね。

### 「よい」

右手を握り鼻先に当てる。  
「～しましょうよ。」と同  
意を得るときの表情で。



### 「～する」

両手のこぶしを胸からおなかの  
前に置き、グッと前に出す。



# パズルにチャレンジ 解答編

今回の問題は簡単です。日本の各県の  
県庁所在地の都市名を答えて下さい。

|    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|---|----|
| ①わ |    |    |    | ②お | ③お | さ  | か  |   | ④う |
| ⑤か | な  | ⑥ざ | わ  |    | か  |    |    |   | ⑦ま |
| や  |    | い  |    |    | や  |    |    |   | の  |
| ま  |    | た  |    | ⑧や | ま  | ぐ  | ち  |   | み  |
|    | ⑨く | ま  | も  |    |    |    |    |   | ⑩と |
| ⑪と |    |    |    | ⑫ち | ば  |    |    |   |    |
| う  |    | ⑬こ |    |    |    | ⑭お | お  | い | ⑮た |
| ⑯き | よ  | う  | と  |    |    | お  |    |   | か  |
| よ  |    | ふ  |    |    | ⑰と | つ  | ⑱と |   | ま  |
| ⑲う | べ  |    | ⑳ぎ | ふ  |    |    | く  |   | つ  |

## ヨコのかぎ

- ② 八百八橋、水にご縁がある。
- ⑤ 大大名の城下町。〇六園で有名だ。
- ⑦ 小泉八雲がいた〇〇え市
- ⑧ 毛利藩の政事堂があったところ
- ⑨ 〇〇〇と地震でお城が随分傷んでしまった。
- ⑩ 日本海側のLRT路面電車で有名な町
- ⑫ 東京湾の臨海工業地帯の都市
- ⑭ 二階崩れの変といえば
- ⑯ 都といえばここをさす。
- ⑰ 〇〇〇り砂丘が非常に有名
- ⑲ こ〇〇は港町として歌われる。
- ⑳ かつて信長の城下町

## タテのかぎ

- ① 八代将軍吉宗はここから出た人
- ③ 後樂園だから野球場とは限らない。
- ④ ぎょうざで浜松と競っている町
- ⑥ いくつかが合併してできた関東の大都市
- ⑪ 世界有数の大都市といったら？
- ⑬ 信玄さんのお膝元
- ⑭ 昔、警官が他国の皇太子に切りつけた。
- ⑮ 栗林があった公園なのだろうか？
- ⑱ 阿波踊りと言えばここ！

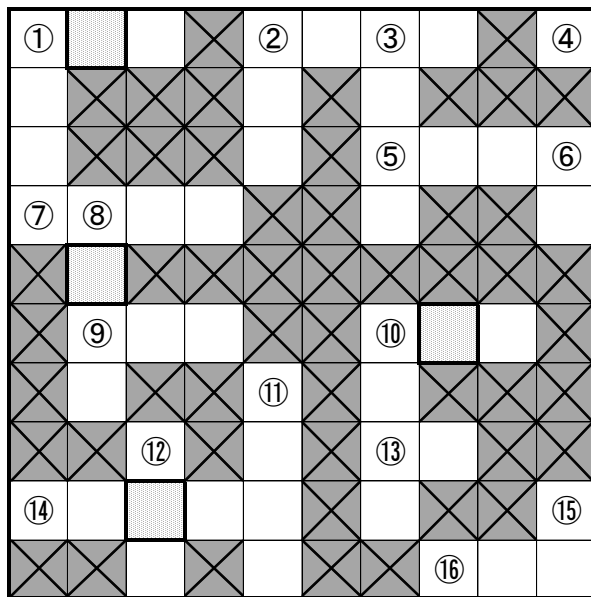
濁音は濁点ありなしどちらでも  
読めるということで

□の4文字を集めましょう。  
西の玄関口といえばこの都市  
フクオカ です。



# パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は国体のことです。国体のテーマは開催県ごとに決められます。ヒントから開催県を考えてください。(秋の国体を対象にしています。)  
(国体＝国民体育大会)



## ヨコのかぎ

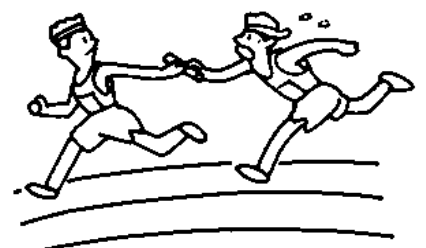
- ① 希望郷〇〇〇国体。盛り上がったとか。
- ② わかふじ国体。日本一の山にちなんで
- ④ 〇ふで開催。清流国体
- ⑤ かいじ国体。どこかな？ ずばりですよ。
- ⑦ 紀の国〇〇〇〇国体でした。
- ⑨ 東四国国体。どの県でしょう？
- ⑩ 〇〇〇かで開催。なみはや国体
- ⑬ あ〇〇県で開催された「わかしゃち国体」
- ⑭ スポーツ祭 2013と言っていたなあ。
- ⑯ 2000年〇〇〇国体でした。

## タテのかぎ

- ① 県名そのままズバリ「〇〇〇〇国体」
- ② 神話からとった「くにびき国体」というテーマでした。
- ③ 晴れの国〇〇〇〇国体
- ⑥ びわこ国体ですからネ。
- ⑧ 県名＋ゆめ国体でした。覚えてますか？
- ⑩ チャレンジ！ 〇〇〇〇国体
- ⑪ いにしえの都。名前そのものにパワーあり。
- ⑫ 〇〇〇わか杉国体。杉が有名な県
- ⑮ 〇〇ぐちでは、おいでませ！ だそうです。

濁音は濁点ありなしどちらでも読めるということで

□の4文字を集めましょう。  
海邦国体と名づけられたのは  
□□□□ 県です。



## 私が選んだハイキングコース（愛川の三増合戦場を歩く） ～北条と武田の大合戦の跡を歩きます～

小田原から引き上げる武田方を北条が追撃し会戦に及んだ三増合戦は双方とも大きな痛手を受けたと言われます。当時としてはかなり大きな合戦であったとのこと。今回はその舞台となった三増の平原を歩いてみました。

### ①田名バスセンターからバスで

田名バスセンターから半原方面へのバスに乗り、20分程度で「田代坂上」バス停に到着します。このバス停から戻る方向へ歩き始めます。中津川のすぐ近くです。バスは1時間に1本程度走っており、厚木方面からのアプローチもできます。

### ②愛川中学校へ

歩き始めると100mで左にぐぐっと折れる道に入ります。これが三増方面に向かう道です。さらに300m歩くと、愛川中学校への登校道があり、校庭に上がる崖に田代城址の説明看板が見つかります。田代城は小田原方内藤氏の山城だったそうです。

### ③首塚

田代城址から道なりに600mほど歩くと、左の崖上に首塚があります。北条方3269名、武田方で900名いたといわれる戦死者の首を葬ったと言われます。道の反対側には胴塚があるのですが、道路からははっきりとしません。

### ④三増合戦場碑

首塚の上には「愛川町農村集落改善センター」がありますが、東側に折れて300m進むと、三増合戦場と大きく書かれた碑に出会います。この周辺では10月8日に、三増合戦まつりが開催されるようです。ポスターが貼ってあります。この碑付近は大きく開けており、北側の山も含めて戦場になったのだらうかと思わせます。

### ⑤ゴルフ場へ

合戦場碑で北側（左へ）に曲がり歩きます。正面には低いのですが、山々が連なっています。右奥には三増峠もあるのでしょう。さらに、その奥には津久井城も控えています。東名厚木カントリー倶楽部の標識に従いながら歩くこと1.5km。最後に右に上がるとゴルフ場の駐車場に到着です。

### ⑥いよいよ旗立て松へ

ゴルフ場の駐車場の北側にある小さな山が目的の山です。駐車場の西側の舗装道路を少し登ると、山に向かって進む擬木を使った階段がありますので、これを上ります。夏は草が伸びているので見落とす可能性があります。あとは、ゆっくりと20分程度上っていけば、少し開けた頂上に出ます。ここが、旗立て松の場所です。

残念ながら旗立て松は既に枯れており、記念碑があるのみです。いくつかのベンチもありますので、休むことができます。南側には先ほどの戦場となった平原がゆったりと広がって見えます。なるほど、ここに旗をたてたのかと思わせてくれます。

（西本）





旗立て松の小山



旗立て松から見る  
合戦場方面



旗立て松の碑



愛川町立愛川中学校

中津川

バス停 田代坂上

旗立て松

東名厚木カントリー  
クラブ駐車場

コース

首塚

胴塚

三増合戦場碑

三増信号方  
面

田代城跡の看板



卵菓屋／神奈川中央養鶏農業  
協同組合直販所



田代城跡の看板



首塚



三増合戦場碑



私が選んだハイキングコース（山下公園～桜木町）

## puti ぶらい OGU 散歩(山下公園～桜木町)

今回は、相模原を離れて、目が悪くなった現在でも最も好きな散歩コースを紹介したいと思います。

検査で横浜に行ったついでにいつもの定番のコースです。横浜はやっぱり絵になりますね。

検査はいつも午後からでお昼を食べずに血液検査の結果が得るまで山下公園のそばにあるジヨナサンでランチ。この日はチキンソテーのデミグラスソースとイカフライにサラダとジュース、コーヒート豪華なランチになりました。これで一〇六六円は安い！



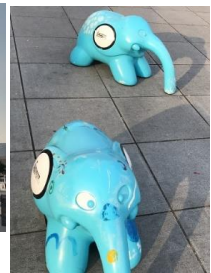
さて、これから本番の検査結果が出るまで

天気もまずまずで、もう午後四時近くだというのに少し暑い。

まずは、山下公園で一番目につくのは氷川丸です。そして、マリンタワー、宇布法を見てみるとベイブリッジが見える。れないドラマのロケ地には最高の舞台ですね。

そして、目指すは少し先にあるためにまだ小さく見える

ランドマークタワーや観覧車が見えるみると、みらい地区のあゝる桜木町の駅です。



山下公園から出て、大さん橋から象の鼻公園を通って赤レ

ンガ倉庫に向かいます。象の鼻公園では、こんなかわいい象さんの置物？が目印となつてい

ます。

右手に海、左手の上には赤レンガ倉庫に通じる遊歩道が見えています。

もう赤レンガ倉庫がはつきり見えてきました。





赤レンガ倉庫は、いつもイベントが行われていると広場に小屋が建てられていたりし

て多くの人が来ているのですが、この日の広場はあくまでも広いがままの姿を見せていました。それでも一日の割にはたくさん人が来ていました。

広場の奥に進んでいき、大さん橋に泊まっている船を見ると白い大きな客船で「ヨコハマクルーズ」という看板があつたので、これから出発するナイトクルージングの船かなと思いました。

赤レンガ倉庫を後にして、大きな歩道橋を渡ります。

円形の大きな歩道橋で、右のほうへ行くと「JALICA」の看板の建物が見え、さら

に次に「ワールド・ポーターズ」の看板。そのまま、そちらに入り、建物の回廊を歩いて行くと、途中でランドマークタワーの方へ降りるエスカレーターがあるので、降りていきます。

あとは道なりにランドマークタワーなどのビル群を右手に眺めながら進んでいくと、そこに目標の桜木町が見えてきました。

ゆつくり景色を眺めながら、途中で寄り道してたつぷり約二キロを一時間かけて歩きました。

帰りには横浜へ出かけたときの我が家の定番、崎陽軒の「昔ながらのシウマイ」を買って、帰路へと向かいました。





# ほかほかふれあいフェスタ 2017 にどうぞ！

～協会 PR のページ～



障がいのある人もない人も みんなで楽しむ市民のまつり

## ほかほかふれあい！

### 10/14 土 フェスタ2017

■ 10:00～15:30  
■ あじさい会館 & ウェルネスさがみはら前広場

**入場無料**

**広場前ステージ**  
ヒップホップダンス・大道芸  
バンド演奏・チアリーダー  
阿波踊り・車椅子ダンス  
よさこいソーラン  
10:20～15:30

**開会セレモニー**  
あじさい会館ホール  
10:00～10:15

**映画上映**  
「ほくはうみがみたくりました」  
自閉症の青年がおしえてくれた大切なこと。  
心が優しくなる感動のストーリー。  
会館ホール 13:20～15:00

**バザー & 模擬店**  
小物 & 衣類の販売  
焼きそば・味噌おでん・コーヒー  
ラーメンなどもありま～す！  
10:15～15:30

**福祉体験コーナー**  
車椅子・福祉用具・要約筆記  
視覚障がい者スポーツ・録音  
点字・拡大写本・折り紙・手芸  
色々体験してみてね！  
10:15～15:30

**会館ホール**  
コーラス & バンド演奏  
12:30～13:10

あじさい会館で  
スタンプラリーを楽しもう♪  
景品がもらえるよ！  
10:15～15:30

**ミニSLに  
いっしょに乗ろう♪**

**にこまるも  
やってくるよ！**

相模原市社会福祉協議会 にこまる

主催：ほかほかふれあいフェスタ 2017 実行委員会  
NPO 法人相模原市障害児者福祉団体連絡協議会  
NPO 法人相模原ボランティア協会  
相模原市内福祉団体  
相模原市ボランティアグループ

後援：相模原市  
相模原市教育委員会  
相模原市社会福祉協議会  
相模原市社会福祉事業団  
協力：相模原グリーンライオンズクラブ

# 編集後記

☆近所の銭湯の煙突が台風で傾いてしまった。三十七年になるという。何事も手入れが大切だなと。(西)

☆北朝鮮の動きが気になります。今年の秋は寒さも一段と増し、冬に向かって世界の動きも冬眠して下さい！と祈ります。(和)

☆孫が一才になり、手づかみでうどんを食べるようになりました。(髭)

☆今年の夏は本当に少なかつた気がします。ほんの一週間ぐらい猛暑が続いたと思ったら、あれ、もうおしまい、というくらいに涼しくなつてしまいました。冬が寒くなりそうなので、心配です。(倉)



さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

**わくわく** 2017 秋号 (第39号)

2017年9月29日発行

編集人 小倉義男  
西本 敬  
髭野 克己  
山本 和子  
高橋 功  
勝部 幸三

イラスト 鹿野徹子

編集・発行・印刷；

特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会  
総合企画委員会内 **わくわく** 編集委員会

本誌に使用している用紙(表紙を除く)はイオングループから提供されたものです。

## 表紙の絵

障害者地域活動支援センター「ウディーショップきこり」の原芳明さんの作品です。夜空に浮かぶ観覧車でしょうか? 「きこり」は木工作業を中心に木のハガキ(動物や花)を制作しています。また、毎年メンバーの絵をカレンダーにして好評を博しています。



さがみはら ぼらんていあ情報誌 **わくわく** 2017年秋号（第39号 9月29日発行）  
発行：特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会 総合企画委員会内 **わくわく** 編集委員会  
〒252-0236 相模原市中央区富士見6-1-20 あじさい会館中央ボランティアセンター内  
☎042-759-7982 URL <http://sagamiva.wordpress.com> e-mail: [sagamiva@feel.ocn.ne.jp](mailto:sagamiva@feel.ocn.ne.jp)