



盛り上がりを見せる羽根っこゲーム

2月5日の午後、シラコバト団地集会所に、開場と同時に続々と参加者がやって来ました。この日は、月1回の「こぼとサロン」の日です。国体の選手村として昭和42年に建築されたシラコバト団地は高齢化が進み、65歳以上の入居者が42・3割だそうです。孤立化する高齢者やひきこもりなどの問題が多くなり、団地に「ふれあいの場を作りたい」という考えから、地域の人たちで綿密な合議を重ねてきました。平成23年2月の模擬サロンを開始して以降、現在に至るまで工夫を凝らしながら地道に活動を続け

地域密着、身近な話題を体験取材!

まちかど

特派員だより

社会の小さな窓・サロンへようこそ

る、こぼとサロンを取材しました。

中に入ると机の上には果物とお菓子、そして花をあしらった札、中央には飲み物コーナーがあり、まさにくつろぎの空間です。参加者は、受け付けで血圧測定を済ませた後、くじ引きで決まった席に案内されると、一気におしゃべりの花が咲きます。参加者が皆そろると、ストレッチ運動に始まり、「腕っこさあげで...」の津軽弁によるラジ体操をし、次は歌を20分程歌います。そして、2月の行事「あけお語り部の会」による民話の披露、羽根っこゲームで盛り上がりました。参加者に話を伺うと「家にいても暇なので毎回来ています」「語り部を楽しみに来ました」「体操やゲームが楽しい」「友人ができました」と、それぞれの参加者が思い思いにサロンを楽しんでいるようです。

お花見、大根の桂むきなど

上尾地区
熊倉由美子さん



の趣向を凝らした行事が年間計画に組まれ、月によって参加者の顔ぶれが変わるのもこのサロンの特徴です。「飽きのこない、ボランティアも共に楽しめる内容を心掛けています」とサロンの代表は話します。16人のボランティアには、東日本大震災の被災者も3人含まれ、共に活動しています。「張り合いと元気が出ます」「知り合いが増えました」と話し、前向きな姿が大変心に残りました。

「長屋風の付き合いで」との団地住民の熱い思いからスタートした、こぼとサロンは今、「人のために火をともしせば・我がまへあきらかなるごとし」のように、生きる活力を生み出しています。人と触れ合うと、オキシトシンという別名「幸福ホルモン」の分泌が盛んになるそうです。

市民の情報交流スポット



おいでください

- 民謡初心者教室 5月9日～7月18日の毎週(火)13:00～15:00(5月30日を除く)、市民体育館 費1,100円(全10回) 申込 塩畑 774-7667 **ひと言!** 踊り、アッピー音頭、炭坑節などです。上履き持参。
- なぎなた初心者教室 5月19・26日のいずれも(金)10:00～12:00、市民体育館 5月10日(水)までに電話で 福田 771-9575 **ひと言!** 初心者でも楽しめます。お気軽においでください。
- 第25回民謡つくし会発表会 5月20日(土)10:00～15:00、コミュニティセンター 申込 大木 772-3558(17:00以降) **ひと言!** ぜひお越しください。随時会員を募集しています。
- 樹の会(カラオケと舞踊) 5月21日(日)9:15～19:00、コミュニティセンター

- 300人 申込 八千草 090-5792-9872 **ひと言!** 謡と舞踊で楽しみましょう。
- 混声合唱団ノイエ第7回演奏会 5月21日(日)14:00～16:00、響の森桶川市民ホール 申込 550人 費800円 申込 下 776-1504 **ひと言!** フォーレのレクイエムやポピュラーソングを歌います。
- お寺で紙芝居「上尾の民話」 5月22日(月)14:00～15:30、遍照院本堂 申込 八木 771-1583 **ひと言!** やぎさん一座の手作り紙芝居。スクリーンに映写します。
- 大人のための英会話・韓国語入門講座 5月23日～毎週(火)(全8回)韓国語18:00～19:00、英語19:30～20:30、コミュニティセンター 申込 15人(先着順) 費6,000円(全8回) 5月16日(火)までに電話で 国際文化交流協会の前田 090-6489-2803(平日10:00～17:00) **ひと言!** 見て聞いて話す。外国人講師と楽しく学ぶ。
- 上尾盆栽会みどりの会共催・盆栽展示会 5月27日(土)・28日(日)9:00～17:00、本町自治会館 申込 戸井田 773-4174 **ひと言!** さつき・山野草の展示会と手入

- れの仕方について。
- こころの健康まつり2017 6月3日(土)13:30～15:30、響の森桶川市民ホール 申込 700人 費一般1,200円、中学生以下700円 前売券6月2日(金)までに直接 申込 あげお福祉会後援会 777-2188(18:00まで) **ひと言!** 伊奈学園高校の吹奏楽チャリティーコンサートです。

いきいきサークル

- キッズHipHopサークルミハニーズ 毎週(月)金15:45～16:45(キッズ〈3歳～小学1年生〉)、16:50～17:50(Jr.〈小学2～小学6年生〉)、(月)上平公民館、(金)大谷公民館 申込 3歳～小学6年生 費月額4,400円(入会金1,000円) 別府 080-3709-3820 **ひと言!** 無料体験実施中。ダンス始めてみませんか?
- オアシス(創作ケーキ) 毎月第3日13:00～17:00、平方公民館 費月額3,000円 佐藤 774-6127(22:00まで) **ひと言!** ケーキで毎月家族や友人と豊かな時を作りませんか。

定...定員 対...対象 費...費用 持...持ち物 日...当日、直接会場へ 申...申し込み

スポットライト

～人・仲間～



なかにし
中西

やすひる
安弘さん
(藤波在住)

The great person

2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向けて、選手たちは日々練習に励んでいます。選手とともに研さんし、努力するサポーターがいます。

市内にあるブリヂストンサイクル株式会社「ブリヂストン・アンカー」というプロサイクリングチームがあり、国内外の大会で優秀な成績を収めています。その陰の立役者となるのが、競技車両の開発者やアドバイザーとして選手を支える中西安弘さんです。

中西さんは福岡大学体育学部(現スポーツ科学部)を卒業し、1988年にブリヂストンサイクル株式会社に入社。商品企画に携わった後、設計開発部でアンカーのレース車両の開発を行うようになります。技術開発のためにアンカーのレースに帯同し、世界中を駆け巡りました。

乗る人の安全を一番に考える中西さんは「自転車はむき出しの体に乗せ、レースでのスピードは時速60km以上になります。品質の安全性には一番気を遣います」と話します。



選手一人一人のフォームに合わせて開発を行う中西さん

東京五輪へ選手とともにメダルを目指す

ブリヂストン・アンカーの車両開発者

現在、中西さんはアンカーだけでなく義足のパラリンピック候補選手の車両開発も手掛けています。日常生活では問題ない義足でも、自転車をこぐ際に足首が自由に動かないため、わずかに体が義足側に傾くことに着眼。義足を数センチ伸ばすことで、タイム向上と負担軽減につながったそうです。

休日には販売店の講習会に参加し指導を行うなど、公私共に利用者のことを考えている中西さん。「上尾市は道路も綺麗に整備され、少し郊外に行けばサイクリングロードもあり、自転車環境はとて素晴らしいですね。みなさんが安全にサイクリングを楽しめるまちとして、手信号などの講習もやってほしいです。それだけで事故は減りますから」と常に利用者の安全を意識しています。

「自転車はとても楽しい乗り物です。体への負荷が軽く、また歩くより遠くへ行ける。そのため日常と違う景色も楽しめる。仲間を作り、多くの人に長く乗ってもらいたいです」と自転車への愛情を話しつつも「開発者として、オリンピックでメダルを獲得することが目標です」と大きな挑戦への意気込みを力強く語ります。2020年の東京オリンピック・パラリンピックでは、中西さんの開発した自転車メダルへと導いてくれるでしょう。



「クイズ アッピーを探そう！」(2ページ参照)で寄せられた『広報あげお』への感想・意見を紹介します。今月は4月号です。

⇒ 広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873 ※内容は一部要約しています。



表紙 ALT(外国語指導助手)と英語を学ぶ

- 私たちの時代と学校も随分変わったなと思います。テレビを見ていても英語を話せる若い人が増えましたね。(70代女性)
- 私が子どもの頃は中学校で英語を習いました。英語が苦手です。今でも英語が話せません。今の子どもはすごいと思いました。(30代男性)

言葉は小さい時からの反復が大事といわれます。ALTは言葉だけでなく文化や習慣の交流にも役立っているんですね。



スポットライト(当摩 紗瑛さん)

- 小さな頃からアレルギーを抱え、大変な思いがある中、親子ともに前向きな姿に子を持つ親として勇気づけられました。(40代女性)
- 自分もアレルギーがあり、周りの人の支えに感謝しています。『二日月』読んでみたくになりました。(50代女性)

人それぞれ悩みがあっても「ありのままの自分」で前向きに考えることがとても大事ですね。



『広報あげお』は、読者の皆さんの感想を参考にし、より良い誌面作りを目指しています。これからも皆さんの感想をお寄せください。



わたしたちの

大谷中学校 学校

生徒会会長 2年 佐治 蒼
生徒会副会長 2年 橋本 彩羽

★歯科コンクールV9獲得！ 目指せV10！

大谷中学校では、毎日、給食後に保健委員を中心に呼び掛けをし、生徒たちが歯を磨いています。さらに、学校歯科医の先生の指導を受けて、学校全体で虫歯ゼロを目指して取り組んだ結果、9年連続して、県の歯科コンクールで表彰されました。今後積極的に歯を磨いていきます。



昼休みにみんなで歯磨き

★挨拶でつなげる心の輪

毎週水曜日の登校時間帯に、正門と北門に分かれて、生徒会と生活委員を中心に「あいさつ運動」に取り組んでいます。保護者や地域の皆さんの協力もあり、普段の生活でも積極

※次回、南中学校をご紹介します。お楽しみに！

的に挨拶をする生徒が多くなりました。そして、大きな声でさわやかな挨拶をしている生徒には、生徒朝会で表彰をしています。挨拶を交わすことで気持ちの良い朝を迎えることができます。

★「無言清掃」で心を磨く

毎日「無言清掃」に取り組んでいます。環境委員や各班长を中心に、各自の清掃分担場所を真剣に掃除しています。無言で集中して清掃することにより、隅々まで丁寧に清掃することができるようになりました。また、「清掃留学」といって、学年を越えて清掃をすることで、無言清掃の意識をより高めています。先輩の姿勢を見て、見習おうと積極的に活動する生徒が増えました。まだ改善点もありますが、今後も環境委員や班长と協力し、無言清掃を徹底していきたいです。



無言清掃で隅々まできれいに

小学校 給食レシピ 55



鶏天おろしソース 132キロカロ

- 材料1人分 分量(2人)
- | | | |
|------------------|---------|-----|
| 1 鶏むね肉(皮なし)開き | 6卵 | 3 |
| 20gを2個 | 7 水 | 0.5 |
| 2 塩 | 8 揚げ油 | 12 |
| 3 こしょう | 9 しょうゆ | 40 |
| 4 小麦粉(鶏肉にふる用)... | 10 みりん | 5 |
| 5 小麦粉 | 11 ダイコン | 1 |

※分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、適宜調整してください。

●作り方

- 【鶏天】
①鶏肉に塩・こしょうで下味を付ける。
②容器に5の小麦粉を入れ、水を加え、溶く。
③別の容器で溶いた卵と②を合わせ、衣を作る。
④鶏肉に4の小麦粉をふり、③の衣を付けて揚げる。

【おろしソース】

- ⑤ダイコンをおろす。
⑥鍋にしょうゆ、みりんを入れ、煮立たせる。
⑦おろしたダイコンを入れて一煮立ちさせる。

学校保健課 ☎775-9683 ・ ☎775-5633

未来へすすく！ わが家のアイドル



わが家のアイドル♡1歳おめでとう！いつもみんなを笑顔にしてくれる美羽♪これからもすすく育ってね！

くろす みう 瓦葺
黒須 美羽ちゃん
H28.1.7生 (1歳)



さとう ひなた 瓦葺
佐藤 陽太くん
H28.8.17生 (8カ月)

いつも周りを笑顔にしてくれてありがとう！君は宝物だよ♡これからも元気に楽しく過ごしていこうね！



えはらい さき 瓦葺
江原 武希くん
H28.10.6生 (6カ月)

いつも元気いっぱいいな、いっちゃん♡これからもたくさん食べて、すすく大きくなってね★

市内に在住の未就学児の写真(画像データ可)に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の一言、住所、電話番号を添えて、郵便(〒362-8501本町3-1-1)またはメール(s55000@city.ageo.lg.jp)で広報広聴課へ
※掲載は1人1回限り。写真は返却しません。