



はいっニュース

第519号
2018年3月



第43回 まるたの会街歩き 不忍池辯財天堂にて (詳細は5ページ)

今月の記事

- 管理組合だより
- 丸山弁財天今昔、ハイツ東くん
- 「コラム生活環境」
- ごちそうさま里食堂、元気の秘訣
- 第43回 まるたの会街歩き
新春事始め谷中江戸最古の七福神巡り
- 山を楽しむ(6)
縦走の山3 六甲全山縦走(須磨浦公園～宝塚)
- 「いきいき百歳体操」って、知ってる?
- 季節の言葉、おひなさま 表紙の答え
- わくわく自然園からのお知らせ
- ハイツ掲示板、生活ごみ・資源回収表



風見どり 手作り遊びの日
おひなさまのミニ額
問題 材料は何か? (答えは7ページ)

新狭山ハイツ自治会

狭山市青柳63番地

管理組合だより

管理組合では、消火器を2月13日から14日の2日間で交換致しました。法律で、10年に1回の交換が義務化されているからです。そこで、この機会に火災の状況と、消火器・非常ボタンについて、まとめてみました。

一、平成28年における全国の火災状況

平成28年中の火災状況について、1月～12月までの確定値をまとめた、その概要です。

(消防庁防災情報室による)

① 総出火件数は36831件、前年より2280件減少しています。火災種別で見ますと、建物火災は20991件で、前年より1206件減少しています。

② 住宅火災による死者(放火自殺者を除く)数は885人で、前年より29人減少しています。このうち65歳以上の高齢者は619人で、前年度より8人増加しています。

③ 出火原因の第1位は「放火」、第2位は「たばこ」です。

総出火件数の36831件を出火原因別にみると、「放火」3586件(9.7%)「たばこ」3483件(9.5%)「一口」3136件(8.5%)、「放火のうたがい」2228件(6.0%)「たばこ」2124件(5.8%)の順になっています。

新狭山ハイツでは、45年間で「火災」が1件、「ぼや」が2件発生しています。

二、消火器について

① 設置場所

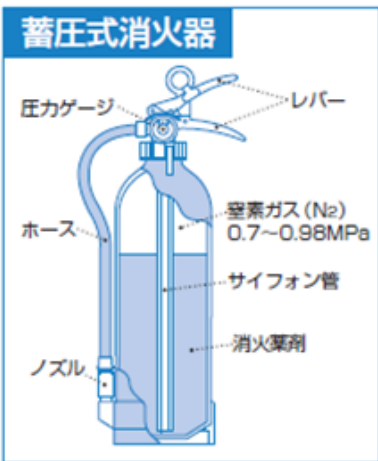
ハイツの消火器の設置場所は、住居部は階段踊り場1階と2階の間と、3階と4階の間2カ所の総数158台・他に管理室3台・ポンプ室1台・店舗5台設置されています。

② 新しい消火器の特徴

◆ 軽くて耐食性に優れたアルミ容器を使用
従来の鋼鉄製に比べ耐食性がアップしている。
◆ 鋼鉄製容器に比べ20%重量軽減しているため、操作性がアップしている。

◆ 蓄圧式・ゲージ付き消火器

◆ 放射時の操作に必要な力は、加圧式に比べ約三分の一です。



総質量 約 4.1 kg



保護カバー付き
非常ボタン



非常ベルは2階と4階に、
非常灯は各階段に付いている

三、非常ボタンと非常ベルについて

自宅の玄関の壁に写真と同じ赤い非常ボタンが付いています。昨年は3回、今年もすでに1回電源スイッチと非常ボタンを押し間違えて非常ベルが鳴り、隣近所の方に迷惑を掛けた所もありました。

非常ベルは、階段の2階と4階に付いています。非常灯は各家庭に接続され、非常ボタンを押した場合、階段にある非常灯が点灯して、さらに階段の非常ベルがすさまじい音でなり始めます。

緊急時ではなく、誤ってスイッチを押した場合、慌てずに押したスイッチを引き戻せば、ベルは止まり、非常灯も消えます。

また、非常ボタンには、プラスチックの保護カバーがついていて、指先で強く押すだけで、スイッチが入ります。保護カバーが付いていない場合は、管理事務所にスペアが有りますので、ご利用下さい。

丸山弁財天今昔

新狭山ハイツ自治会長 中村 雅昭

3月4日(日)に、丸山弁財天祭礼が執り行われました。古来よりこの地域の住民により信仰されてきた神様が弁財天です。ハイツは縁あって、由緒ある弁財天が祀られている地域に建てさせてもらったことになります。ですから、この行事は青丸自治会が主催、ハイツはお手伝いという形で行っています。今では、小さな人口の池の中に祀られています、昔はどんな所だったのでしょうか？ 青丸自治会の弁財天総代・奥富和夫さんに教えて頂きました。

「堀兼地区では唯一の水田がありました。周囲が高くて少し低くなった当地に自然に雨水が集まり稲が栽培されていました。男池、女池と二

つの池があり、その中間地にうっそうと大きな樹木が茂り、根元に弁財天が祀られていました。昭和47年に新狭山ハイツが建てられ、丸山弁財天が今の形に生まれ変わりました。それから40数年、3月の第1日曜日にこのお祭りが綿々と引き継がれてきました。弁舌・音楽・財福・知恵などを司る神様、先人の願いがこもっています」

当時の様子を思い描いていただけでしょうか？ うっそうとした樹木の代わりに、コンクリートの建物に囲まれた弁財天様は、さぞ驚かれたことでしょう。ハイツ内の貴重な文化財に、想いをはせてみませんか。



「ラム生活環境」

生活環境部副会長 細谷道太

◎自転車整理について

現在、駐輪場の不用自転車を順次整理しています。整理に關しての条件は左記の通りです。

- ・登録シールが無く、長期間使用していないと思われるもの。

- ・登録シールはあるが、長期間使用していないと思われるもの。

※登録シールがないものは駐輪場外に出し、20日後に廃棄処分します。保有する場合は、この間に登録申請をして下さい。登録シールがある場合は、書面にて保有の意志があるか確認致します。整理日には、戸口代表者の立会いをお願いしています。

本来、不用自転車の廃棄は自己責任で行って頂くのが原則です。しかし、現実には不用自転車と見られるものも多く、整理しないでおく盗難車の捨て置きがされる場合も考えられます。そのため、生活環境部で、美化と防犯のためにお手伝いをしています。駐輪場に置く場合は、必ず登録シールを貼って下さい。

自転車整理をする号棟には、個別にチラシを投函してから実施致します。チラシが投函されましたら、事前に登録シールの有無の確認、また不用であるならば自主的な廃棄をお願い致します。

「ごちそうさま里食堂」



表題を見て「これ、なに？」と思ってらっしゃる方が多いかと思えます。以前に「おたがいさま里食堂」の記事は掲載しました。階段揭示もしていますが、もう一度おさらいしますと「おたがいさま里食堂」は、大人子どもも参加者全員で畑に行って野菜を収穫し、その野菜を使ったメニューをみんなで考えて作りあって食べます。しきる人は誰もいません。料理を作るもよし、片付けるもよし、ただ食べるもよし、全ておたがいさまです。毎回20名以上の参加がある人気のイベントとなりました。でも、それもいいけど、たまには作ってもらったご飯を食べるのも楽しいね！と言うことで今回初めて開催したのが「ごちそうさま里食堂」です。

記念すべき初回は1月20日（集会所・第2会議室）でした。インフルエンザB型の猛威にさらされ3組のご家族が欠席となってしまうましたが、無事開催出来ました。まずは、いつも通り畑に行って野菜の収穫。冬枯れの畑にも宝物はいっぱいあります。スティックセニョールと言うシャシした名前の茎ブロッコリーや、ほうれん草に、ミニキャロット等々。ミニキャロットを引っこ抜くのは、ちびっこに人気でした。今回は、収穫した野菜はお土産です。

会場に戻ると、美味しそうな匂いがお出迎え。



地元野菜をふんだんに使ったお料理をケータリングしました。メインは、トルティーヤ。トウモロコシ粉を使った薄いパンのような皮に、好きな具を乗せて巻いて食べます。メキシコ版手巻き寿司といったところ。他に、キッシュや、カボチャサラダや、ネギの蒸し物、デザートはサトイモ入り生クリームのかかった一口ケーキです。いつもの「おたがいさま里食堂」は部屋代・食材代を割り勘にしますが、今回の会費は1500円と、少し高めでした。でも、ハイッで気兼ねなく、こんなおしゃやかなお料理を食べられるのは幸せです。次回おたがいさま里食堂は2月、ごちそうさま里食堂は暖かくなつてから開催予定です。

編集部

元気の秘訣

川島奈美さん 11-103

◎上記「ごちそうさま里食堂」のケータリングをしてくれたのが川島さんです。ハイッに越してきて1年ちょっと。大の料理好き。野菜ソムリエの資格あり。

Q とても美味しいお料理でした。どうして、そんなに美味しいものが作れるのか秘訣を教えてください。

A 食べるのが大好きです。だから、食べてみて自分が美味しいと思ったものを作ります。また、例えば白菜を縦に切るか横に切るかで食感が変わるので、そんな所にこだわって楽しんで作ります。いわゆる野菜くずと呼ばれる皮や根っこなども無駄にせずベジブロスのスープ（野菜出汁）にするなど、できるだけ野菜の魅力を引き出したお料理を作っています。

Q これからの夢はなんですか？

A 狭山の野菜を生かしたケータリングや、お弁当、お惣菜屋さんを開店したいです。店名は「おひさまや」名前の中に、さやまが隠れています。

「おひさまや」
楽しみ！



第43回 まるたの会街歩き 新春事始め谷中江戸最古の七福神巡り

1月30日にまるたの会街歩きが実施されました。表紙を彩る善男善女の11名の皆さんは、さすが日頃の行いが良くて、まだ少し雪が残っていましたが穏やかな天気の日となりました。参加された方から感想を聞いて地図にしました。その中には、いつもコースを設定して引率してくれる小暮さんへの感謝の声がありました。それでは、紙上七福神巡り、お楽しみ下さい！

お江戸で一番古い七福神を
巡りましょう

布袋尊 修性院
荒川区西日暮里 3-7-12
笑門来福、夫婦円満、子宝の神
江戸時代より花見寺として有名。しだれ桜の古木あり



田端駅



福祿寿 東覚寺
北区田端 2-7-3
招徳人望の神
赤姫仁王が印象的
※自分の身体に悪いところがあれば、仁王像の同じところに赤姫を貼ると病気が治ると信仰されている。

西日暮里駅



恵比寿 青雲寺
荒川区西日暮里 3-6-4
漁業、商売繁盛の神
修性院と同じく花見寺として有名

日暮里駅



寿老人 長安寺
台東区谷中 5-2-22
長寿延命、富貴の神
明治初期の日本画家狩野芳崖(かのうほうがい)の墓所あり

鶯谷駅



毘沙門天 天王寺
台東区谷中 7-14-8
融通招福の神
鎌倉時代の創建

JR 上野駅



大黒天 護国院
台東区上野公園 10-18
財宝、福德開運の神
寺院の建物自体が国登録有形文化財

ランチ「動坂(どうさか)食堂」
不忍通り、動坂下交差点近く、昭和のレトロ感漂う下町の大衆食堂。大あなごの天ぷらが3本乗ってる「あなご天丼」を、みんな完食！健啖家に驚く。



弁財天 不忍池辯天堂
台東区上野公園 2-1
知恵財宝、愛嬌縁結びの神
池全面が凍り、枯れたハスの取り除き作業をしていた。



山を楽しむ(6)

201404 山本 進吾

縦走の山3 六甲全山縦走(須磨浦公園〜宝塚)

六甲全山縦走は日帰り縦走ハイキングのなかで最難関といえよう。歩く距離が56km、累積標高差が3000m、ダイヤモンドトレイル(二上山(紀見峠)の36km、外秩父七峰縦走(官ノ倉山(釜伏峠)の42kmと比較しても断然長い。05年11月に歩いてみた。

12日、宝塚のHT氏宅に愛車リバティを預け、電車で舞子ビラに行き前泊する。

13日、3時起きし、予約のタクシーで4時に舞子ビラを出発した。須磨浦公園に着くと、5時受付開始なのに暗闇のなか1000人ほどが並んでいた。チェックを受けて歩き始めたのは5時25分だった。ヘッドランプを点け階段状の道を登る。振り返ると神戸の夜景がきれいだった。「1000万ドルの」といってもいい。旗振山(たけふりさん)と登ったあたりで朝日が昇った。高倉の団地に一旦下り、梅尾山を越える。横尾山から馬の背は須磨アルプスといい、花崗岩の崩れやすい痩せ尾根だ。深田クラブのKU女史、KS氏とはこのあたりで分れた。高取山を越え、源

平合戦で有名な鴨越(ひやうしん)を通過すると、本日一番の登り、第一関門の菊水山に取り付く。汗だくになりながら菊水山に着いたのは10時43分。すでに5時間歩いているのに登山地図の10折のうち3折が終わったばかりだ。これで完歩できるか不安になり、ボランティアに尋ねると「大丈夫、十分です」との答えが返ってきた。まずは一安心した。鍋蓋山、再度山を通過する。再度山は「ふるさと富士百」で「再度」山頂を踏みに行った。うっかり弁当を購入するのを忘れたので空腹でたまらない。シャリばてになりそうだ。

第二関門、摩耶山の登りにかかる。標高差にして500m近く、稲妻坂や天狗坂の名がある。摩耶山ではボランティアがホットレモンのサービスをしていた。いくら飲んでもいいといわれ4杯もお代わりした。家人はちゃっかりペットボトルに詰めてもらっていた。観光客に聞くと、ロープウェイ駅の二階にレストランがあるという。早速「カレーライス(辛口)」を注文した。観光地には珍しく本格的なカレーで美味い。オーシャンビューもいい。すっかり人心地がついた。

アゴニユ、ファーストロードと舗装道路を歩く。ほぼ平坦で大いに捗る。鉢巻山トンネルを抜けると残りは14km。少し先で暗闇の細道を

下るようになる。ヘッドランプの電池を取り換えた。大平山を通過するとあと8km。痩せ尾根を行くが、樹木の間から右に神戸港、左に宝塚市街の夜景が眺められる。感動的な光景だった。譲葉山(ゆずりはやま)、岩倉山を通過し、塩尾寺(えんべいじ)に下り立つと残る3kmは一般道だった。宝塚のゴールに付いたのは20時23分、タイムリミットぎりぎりだった。HT氏が迎えに来てくれた。HT氏宅に泊めてもらい、KT夫人の手料理に舌鼓を打ち、充実した一日を終えた。



須磨アルプス

「いきいき百歳体操」って、知ってる？

全国1500箇所で開催されて効果をあげている「いきいき百歳体操」、狭山市でも普及に努めています。どんな体操かというと、おもりを手足につけて6種類の運動をするだけで衰えてしまった筋力を維持し、鍛えることが出来るすぐれものです！

また、誰でも歩いて通える地域の集会所などで開催、住民同士で運営するので、仲間作りや友達作りが出来ます。狭山市では、現在4グループが実施しています。

■対象者

おおね65歳以上の市内在住者

■市・地域包括支援センターの支援内容

- ・体操で使うおもりを貸し出します。(無償)
- ・体操指導のボランティアのサポーターを養成し、各教室に派遣します。

・理学療法士を呼んで、運動の効果を測定してもらいます

■支援をうける場合の条件

- ①地域で10人以上の参加予定者がある(人数が満たない場合は要相談)
- ②通える場所と1人用の椅子がある。
- ③週1回以上実施し、まずは3ヶ月間継続できる

※自主グループ活動になりますので、万が一がをされた場合でも、自己責任となります。ご理解いただいた上で、ご参加ください。

【問合せ先】

狭山市役所 長寿安心課 介護事業担当

☎ 04-2953-1111

内線1554・1555

季節の言葉

雪消えが早い田の道ガラガラと

シャベル引くこそ春の開幕

あららら 幼い孫がいいお顔

肩叩き器は ばあばの担当

何語かな ピチピチャモグとひねもずに

お喋りしてる 小粒な孫よ

野里子

おひなさま 表紙(小さい写真)の答え

福祉の会風見どり・1月の手作り遊びの日に作られたおひなさまのミニ額です。かわいい女雛とお雛の着物は、何と「新聞紙」を使っています。カラーの所をうまく切り抜いたら、こんなに素敵に变身！

わくわく自然園からのお知らせ

●今月の開園日

今月の開園日は3月11日(日)、25日(日)、9時～17時迄。

●見どころ

先日、巡回したところ、池の水も解けて、メダカが確認できました。園内にはフキノトウ、ホトケノザ、オオイヌフグリなどが咲いています。3月になると、池には、カモ、カルガモ、アオサギの姿、さらにはヒキガエル卵も確認できるはず。現在、園内の魅力を高めるために新たに植物を植える準備をしています。あ、方からイカリソウ(メギ科イカリソウ属、錨草)の株を沢山いただきました。4枚の花弁が、中に蜜をためる距を突出し錨のような特異な形をしているためこの名があります。高さ30～50cm、細い茎が株立ちになります。花4～5月に咲き、色は赤紫が一般的なようですが、白やピンクや黄色もあるようです。どんな花をつけるか楽しみですね。園内様子は調整池の入口にある案内板でお知らせしますのでお気軽にお立ち寄りください。



イカリソウ(錨草)

ハイツ掲示板

☆どうぞよろしく（自治会新会員）

29—402 是永京子 様

☆ココベリー開店日 集会所・第2会議室

3月1日（木）・15日（木） 10時～16時

☆風見どりの日 集会所・サテライト

3月8日（木） 歌の日

19日（月） おしゃべりの会

22日（木） 手作り遊びの日

☆買物支援の日 詳しくは申し込み時に

3月13日（火）・27日（火）

☆29年度第4回戸口代表者会議（総会） 集会所・大会議室

3月25日（日） 19時～

☆30年度第1回戸口代表者会議 集会所・大会議室

4月1日（日） 19時～

☆自治会の時間（「広報ひろば」にて放映）

「ハイツの緑化活動」

7時45分～ 13時15分～

17時45分～ 22時45分～

はいつニュース第519号（2018年3月5日発行）

発行責任者

中村雅昭

編集・印刷

NPOグリーンオフィスさやま

3月生活ごみ・資源回収表



〈汚れが落ちないプラは、もやすごみの収集日に！！〉



日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	1	2	3
	プラ ビン・缶・電池	もやすごみ	ペットボトル 生ごみリサイクル	寿会 古紙・古布回収	もやすごみ	
4	5	6	7	8	9	10
アルミ缶	プラ	もやすごみ	生ごみリサイクル	古紙・古布	もやすごみ	
11	12	13	14	15	16	17
	プラ ビン・缶・電池	もやすごみ	もやさないごみ 生ごみリサイクル	育成会 古紙・古布回収	もやすごみ	
18	19	20	21	22	23	24
アルミ缶	プラ	もやすごみ	生ごみリサイクル	古紙・古布	もやすごみ	
25	26	27	28	29	30	31
	プラ ビン・缶・電池	もやすごみ	ペットボトル 生ごみリサイクル		もやすごみ	

☆寿会・育成会・アルミ缶の回収は多少の雨でも決行します。

旗（寿会：赤色、育成会：黄色、アルミ缶：青色）を目印によりお願いいたします。

☆詳しい出し方などは狭山市の「生活ごみの分け方・出し方」をご覧ください。

☆生活ごみを出す時間は、〈収集日の朝・午前8時まで〉です。