



11/6

(日)

開催

WENT 第10回演奏会

@枚方市市民会館大ホール

晴れやかな「セレモニー」「アル・マーチ」で幕を開けた、WENT 第10回演奏会。11月6日、枚方市市民会館大ホールで、3部構成で行われた。

1部は、吹奏楽でおなじみの楽曲で圧倒的な演奏を披露し、2部の「楽器紹介とオリンピックの融合」という特別企画では、いろんな角度から、楽器や音楽の歴史を学ぶ楽しいステージとなつた。3部では、子どもからシルバー世代までが楽しめる楽曲が続き、楽団のメンバーも観客も一体となつて楽しんでいたステージが印象的だつた。

Wind Ensemble NonTitled(名のない吹奏楽団)といつた樂団名のように、形にとらわれない、幅広い楽曲を楽しむといった素敵な演奏会だつた。これから10年も楽しみです。

(文・重村 雅世／写真・上原 一恵)



サブリ村野学校

リバリバ工房

10/17
(月)
開催



9/17(土) 脳活! 半日ファスティング
(断食) & ヨガ
《ひらかたハートセラピー協会》



9/26(月) 書道講座・行書を書く
《れん華会》

「ソウタシエ」とは、ヨーロッパの伝統的なコード刺しゅう。今回は、この手法を使ったブローチ作りを体験。

天然石やカラーパールなどをソウタシエ用のコード(紐)で巻いて縫い付ける。初心者用に、最初から2本組み合わせたダブルコードを使用したが、縫い付けるのに、ひと苦労。

リバリバ工房では、ソウタシエ以外にもビーズアクセサリーなど、毎週月曜日の午前中に、サブリ村野で教室を開いている。自分だけのオリジナルのアクセサリー作りを楽しんでみませんか?

(文・重村 雅世)



「ソウタシエのブローチ作り」



10/13・10/20・
10/27・11/3(木)
全4回開催

ステイックシアター



何かわからない奇妙な物を囲む5人。台本を見ながら、その5人を演じるのは、サブリ村野学校「60歳からの演劇入門」の参加者です。「もっと思い切って!」「机を叩いてみたら」と激励する講師は、現役の役者で演出家の好井一英さん。シニア劇団を作ろうと、ステイックシアター(代表・朝日恵子さん)の呼びかけで集まつた人たちは、明るくアクティブ。「今までやつたことのない動きの練習などで、次の講座の日が待ち遠しかった」とのこと。



『60歳からの演劇入門』

朝日さんは、福祉関係のライターで、社会人で学んだ大学の修士論文で取り上げた、シニア劇団に魅力を感じて、現役の演出家などを講師に迎え、大阪市内で演劇ワークショップを開催中。サブリ村野でも、この4回の講座のあと、「シニア劇団」がスタートしました。現在、追加メンバー募集中。

(文・高橋 佳子)

11/15・11/29・
12/6(火)
全3回 開催

健康体操 五導術



サプリ村野学校で、健康体操「100歳を元気に生きる」の授業を受け、生命の貯蓄運動である3つの体操を行いました。まず、「要の操法」です。要は、腰のことでの5つのストレッチ。私より年上の方の身体の柔らかいこと。自分の身体の硬いことがよくわかりました。



「健康体操『100歳を元気に生きる』」

次に31の動作からなる「五導術」です。呼吸を大切にしながら気血の流れを良くします。全身をくまなく使う動作で、徐々に身体が暖まり、ほぐれていきます。

最後は「組み操法」。2人ペアになり、身体を揉みほぐします。自分がやるのは結構しないですが、やつてもらう時はリラックスして思わず眠ってしまいます。2時間の授業を終えた時は心地よい疲労感がありました。

健康を維持するためには毎日、続けなければならないそうで、100歳まで元気に生きるのもかなり大変ですよ(笑) (文・向井 範雄／写真・熊澤 力)



サプリ村野学校



11/15(火) ふれあう子育てのススメ
《苺のいえ》



10/24(月) バランスストレッチ
《YBC(笑)ースポーツ応援クラブー》

普段、サプリ村野を利用している団体が多いので、気になつた講座や教室は見学できる場合もあります。詳しくは、ひらかた市民活動支援センターまでお問合せください。
(電話072・805・3537)

秋の「サプリ村野学校」は、9月から12月まで、15講座22回、実施されました。普段サプリ村野を利用しない方も来られ、大変多くの方に、参加していただきました。中には、大変好評だったので、2回目の企画を実施した講座があり、これをきっかけに、サプリ村野での活動日数が増えた団体もありました。



11/23(祝) 心理学による
コミュニケーション・スキル
《NPO法人京阪総合カウンセリング》



HIRAKATA NPO FESTA 2016

9月11日 日

枚方市市民会館
岡東中央公園周辺

毎年台風の襲来におびえながら
今年も何とか天候に恵まれ、開催
することができました。

今回のNPOフェスタは、NPO

や枚方市の出展はもちろん、近隣の
商店や、地域のサッカーチームなど、

いろんな業種の出展がありました。

また、岡東中央公園だけでなく、

大ホール前にも特設ステージが設
けられ、会場のあちこちで人だかり
ができていて、大変盛り上がっていました。

「はやぶさ2」の講演会で
は、枚方市の中学生の協力も得て、
幅広い世代の参加がありました。

ができるで、会場のあちこちで人だかり
ができていて、大変盛り上がっていました。
「はやぶさ2」の講演会で
は、枚方市の中学生の協力も得て、
幅広い世代の参加がありました。



講演会「はやぶさ2」レポート

特別企画「はやぶさ2・小惑星リュウグ
ウを目指す挑戦」の講演を聞きました。講
師は、小惑星探索機、「オシリスレックス」

の打ち上げに立ち会い、アメリカから帰国したばかりの吉川真先生です。

「はやぶさ2」は、小惑星イトカワを探索し、奇跡
の生還から6年になる「はやぶさ」に続き、2014
年12月に打ち上げられました。2018年にリュウ
グウに到着し、地表や地下の物資を採取して、20
20年に地球に帰還する予定です。これによって太陽
系誕生や生命誕生の秘密に、さらに近づくことが期待
できるということですが、世界で唯一、小惑星サンプル
リターンを実現したのは日本だけといふのは素晴らしいことですね。先生は、小学生の頃には、既に宇宙に興味があつたそうですが、質問コーナーでは、小学生や、会場の設営等でお手伝いしていた宇宙に興味のある中学生から、質問が相次ぎ、頼もしいなあと感じました。(文・向井 範雄)



高橋佳子の フェスタ見てある記



他に国家資格を持つ「マッサーージ師
会」の無料体験や、「レディース枚方
21」の地雷サンプルも興味深かつたです。

市民会館本館は子連れママで満員。「キラキラ枚方ママ」は、自分だけのお茶碗作りなど、手作り感にあふれていました。調理室は100円で「子ども食堂」試食体験。カレーとマヨネーズ味のおからサラダがおいしかった。

市民会館本館は子連れママで満員。「キラキラ枚方ママ」は、自分だけのお茶碗作りなど、手作り感にあふれていました。調理室は100円で「子ども食堂」試食体験。カレーとマヨネーズ味のおからサラダがおいしかった。

新 にんげん ウォッチング

「防災で生き抜く 知恵を学ぶ」 ひらかた市民活動支援センター ボランティアスタッフ 宮崎 ひとみさんに聞く



ー お勤めもしながら、家族のお食事作りもなさっているとか?

両親は高齢なので、食事作りは私です。あまり好きじゃないけど食べなきやいけませんからね。食材は国内のものなど、こだわりはありますよ。

ー ひらかた市民活動支援センターとの関わりは、いつからですか?

2004年のフェスタのボランティアから。最初は訳もわからず、もの珍しく、楽しかったですね。

この頃は、少々体力回復が遅れる感じ。フェスタはもともと団体の交流、発表の場で、最近は団体の積極的参加が多く、私たちはお手伝いという形です。

今、私が一番力を入れているのは防災。東日本大震災の時、このセンターから現地へボランティアに行つたのがきっかけで、防災災害支援事業「えん・とも」チームがスタート。年1回の「ひらかた防災学校」、各校区の自主防災会の依頼にこたえる防災小学校をしています。同じ校区から何回も依

ー 宮崎さんといえば、あちこちに颯爽と現れて、時々冗談か本音か、歎切のよい言葉がどんどんくる、そんなイメージですが。

そうですか? 確かに、いろいろな会に属しています。父が被爆者なんですが、「枚方市原爆被害者二世の会」は、47人位の会員で、父も私も現在は健康だから、切迫感はないんですが、月1回の会合の世人話をしています。もちろん、平和や健康には敏感ですね。

「桜丘中学校区健康リーダー」



好きでないと続かない。好きな時間に好きなことをやる。必死でやつて家がぐちゃぐちゃになつたら、誰が助けてくれますか? 飛び込んでみて好きならやる、あかんかつたら他のところを探す、それでいいんじゃないですか。

ー 無理せず上手に調整されてるんですね。

無理を感じる時がありますよ。でも、遠くへは行かない、行動範囲もしれています。

2017年1月22日サブリ村野でのひらかた防災学校は、小学生対象の「キッズ防災EXPO」です。楽しく防災が学べるので、お子さん、お孫さんと、ぜひご参加ください。(関連6ページ参照)



* * * * *

私も働いてる場所では会えない車椅子の方、障がいのある方、世代の違う方とつながりができる、そんなに大変じゃありません。

私も働いてる場所では会えない車椅子の方、障がいのある方、世代の違う方とつながりができる、それは貴重です。でもボランティアは

いづれ「おひとりさま」になつたら、大阪市内の兄の近くへ行く、とてぶれない芯の強さを感じるのは、その決心のせいかとお見受けしました。(文・高橋佳子)



2016年度ひらかた防災学校



キッズ防災EXPO

子どもだけで学んで考える防災イベント！

ひにち 2017年 1月 22日 日

じかん 10:00 ~ 12:00 警報が出たら中止！

ばしょ サブリ村野 (枚方市村野西町5-1)

参加対象: 小学1年～6年生

※ 幼児・保護者、その他見学はOK!

定員: 100人(先着順)

参加方法: 「キッズ防災EXPO」申込として、参加者の氏名・学年、保護者の氏名・連絡先(電話番号・Eメールアドレス等)を下記のところまでご連絡ください。

もうしこみ
といあわせ

特定非営利活動法人 ひらかた市民活動支援センター
TEL: 072-805-3537 / FAX: 072-805-3532
Eメール: info@hirakatanpo-c.net

共催: 枚方市・特定非営利活動法人 ひらかた市民活動支援センター



編集後記

4月の熊本・大分地震、北海道・東北を襲った台風10号、10月の鳥取地震など、今年は例年以上に災害も多く、改めて備蓄品の準備、家族内の連絡方法、地域での声かけやコミュニケーションといった、「自助」「や「共助」の必要性を感じた。そんな中、オリンピックイヤーだった2016年は、リオでのアスリートの活躍に勇気づけられた。東京オリンピックは、課題が山積しているようだが、ぜひ高齢者や障がいのある人、または外国人など、災害時に弱者となる人が利用しやすい施設をお願いしたい。どんな時も、誰もが利用できる施設こそ、価値のある「レガシー」になるのでは? (編集者・S)



【編集・発行】

特定非営利活動法人 ひらかた市民活動支援センター
〒573-0042
大阪府枚方市村野西町5-1サブリ村野内
TEL: 072-805-3537 / FAX: 072-805-3532
Eメール: info@hirakatanpo-c.net
<http://www.hirakatanpo-c.net/>

参加無料

参加申込受付中!

アイテムカードを集めながら
防災について学び
「キッズ防災マスター」
をめざそう!

イラストだより



リヨンはフランス第2の都市で、グルメの街としても知られています。旧市街の通りにはビストロがひしめき、ぶらっと入ったお店のランチとワインも美味しかったですよ。

スイスのジュネーブに滞在している時に日帰りで行きましたが、駅には改札もなく、電車内でも検札はいっさいなし。つまり私がスイスからフランスへ行ったことは誰にもわかりません。帰国した日にあのベルギーのテロが起きましたが、ヨーロッパの治安維持の難しさを実感しました。

(イラスト・文/向井 範雄)