

つるせ 公民館だより 第422号



鶴瀬公民館
マスケット
キャラクター
『つるせだより』

2014.9.1
9月号

編集 つるせ公民館だより編集委員会
発行 鶴瀬公民館 富士見市羽沢3-23-10
Tel 049-251-1140 Fax 049-251-1156
fkm-tu@gaea.ocn.ne.jp

9月の第三月曜日は敬老の日。祝日法によれば、「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」とある。老人とは「老人福祉法」に定義はないが、WHOでは65才以上だ



いざウオーキング 文化の杜公園

わがまち点描53



早期。文化の杜公園の周りを歩く人、走る人、思い思いに身体を動かす人、運動用具を自由に操る人もいる。ラジオ体操は整然と揃って！

高齢者に必要なものは運動、特に下肢、腰部の筋力運動。そして栄養。蛋白質とエネルギーが不足すると筋力や抵抗力の低下をまねくと言われている。口腔ケアも大切。八十才で二十本の自分の歯が目標だ。

はてさて、健康になって長生きして、経済力、精神力はどう工夫しようか？

ともかくも、今日もいざウオーキング。
(丸山)

子育てサロン

0歳から就園前の乳幼児とその保護者が対象です。
★親子はひとふりTime (申込み不要)
午前10時30分~12時
*親子で一緒に遊びます。手遊び、紙芝居もします。サポートママが待っています。0歳児のママもお気軽に。
とき 9月5・12・26日(金)
ところ いきいき活動室

★おかあさんのほっとたいむ (保育付定員12名・申込み必要)
テーマ「知りたい聞きたい幼稚園」
初めての集団生活がちょっと心配、プレッシャーで行くもの?など近隣幼稚園の先輩ママの体験を交えて気軽にお話ししましょう。
とき 9月19日(金)午前10時30分~12時
ところ 和室
申込み 9月4日(木)より、平日の9時~17時(電話可)

★げんきっこTime (申込み不要)
1才半くらいからのお子さんと保護者が対象です。
集団遊びや手遊び、工作など親子で一緒に遊びます。
指導 小林 礼子さん
とき 9月10日(水)午前10時30分~11時45分
ところ 体育室 *牛乳空パック(1L)ご持参ください。

子育てコーチング講座
「コーチングでママ力アップ!」
(全2回・保育付)
ママの想いうまく子どもに伝わっていますか、心に届く伝え方を学んで、子どものできる力を育てましょう。
とき 1回目 9月18日(木)午前10時~12時
2回目 9月25日(木)午前10時~12時
会場 鶴瀬公民館
対象 2回とも参加できる幼児から小学生位までの保護者
定員 30人(無料、申込順) 保育15人申込順
講師 斉藤智子氏 (株)コソイダントジャパン代表取締役
*申込みは9月3日(水)から直接または電話で。
平日午前9時~午後5時

~笑顔をみんなに 第16回 勝瀬de縁日~

とき 9月6日(土)午後2時~午後6時
場所 勝瀬原記念公園(ふじみ野駅東口)
※なお、天候不良のときはふじみ野交流センターで実施します。どちらの会場も駐車場はありません。
遊び わりばし鉄砲、竹とんぼ、ヨーヨーつり など
模擬店 焼きそば、かけうどん、焼き鳥、焼だんご、わたあめ、駄菓子、飲み物、韓国食品、手作り小物など
催し物 2時~ 寄せ太鼓、子ども山車、お囃子
3時~ ふじみ野小学校「歌声リーダー」、勝瀬中学校吹奏楽、「ひまわりキッズ」によるダンス など
5時~ 盆踊り

※介護・福祉・健康相談会および東松島市物産販売を実施します。
主催 第16回勝瀬de縁日実行委員会
問合せ ふじみ野交流センター
Tel.049-261-5371



高齢者サロン

申し込み不要
場所 いきいき活動室
とき 午後1時30分~
お体に不安のある方、お友達のほしい方
お気軽にお出かけください。
ひだまりほっとたいむ
第1・2・3木曜日 お茶代 月100円
ホッと安心健康相談 第2木曜日
血圧測定や保健師の相談コーナーがあります。
問合せ 健康増進センター(049-252-3771)
いきいきたいむ
うたごえサロン 毎週火曜日 お茶代 月100円
懐かしい歌で楽しくリハビリもできます。
おしゃべりサロン(無料) 毎週水曜日

利用者懇談会の開催について
とき 9月25日(木)午後7時から
場所 第3集会室
内容 ・平成26年度前期事業について
・サークル公開月間について
・公民館施設修繕等について
・「利用のしおり」の配布について
主催 鶴瀬公民館

コミセンホール通信

- 9月14日(日) 受付午後1時 開会1時30分
鶴瀬中央地区社会福祉協議会「敬老会」
- 9月24日(水) 午後2時開演
神定れい子ミュージックサロン
- 9月26日(金) 午後6時
「若手落語二人会」 出演:春風亭笑好 他
- 9月28日(日) 午後1時開演
富士見市三曲協会演奏会

介護者サロン~窓陽(まどひ)~

介護の思いを話しましょう。聞きましょう。参加費100円
9月12日(金) 午後2時~4時 鶴瀬公民館
9月19日(金) 午後1時~3時 ふじみ野交流センター

ふじみ野じゅく公開講座
~お薬をもっと知ろう~

糖尿病と食事、サプリメントなどについて学習しましょう。
とき 9月19日(金) 午前10時~11時30分
場所 ふじみ野交流センター
講師 平野 道夫 氏(富士見・三芳薬剤師会学術部理事)
定員 40人(申込順)
申込み 9月1日(月) 午前9時から電話または窓口へ直接

公民館は市民の自由な広場、サークル活動の拠点です。

公民館での団体・サークル活動とは?
団体・サークル登録は3人から、市内在住・在勤者が半分以上いることが要件です。代表者と指導者・講師は別に、会の運営は会員全員の参加が原則です。地域に開かれ、社会に繋がる活動へ積極的に参加しましょう。

公民館の利用受付

会場予約は先着順ではありません。
団体登録カードをお持ちください。
*各部屋 午前9時から
11月利用分 9月5日(木)
*ホール 午前10時から
2月利用分 9月5日(木)
目的外利用者・市外利用者は翌日から受付です。
★第3月曜日は全公民館休館です。
部屋の利用・予約・印刷等はできません。
9月15日(月)は休館日です。

パソコン相談室



参加費・申し込み不要です。どなたでもどうぞ!
インターネットもできます。
とき 毎週水曜日 午前10時~12時
9月3・10・17・24日
場所 いきいき活動室
指導 公民館PCサポートクラブ

祝 パソコン相談室利用者1万人突破
平成13年6月から活動してきたパソコン相談室の利用者が、4月9日ついに1万人を突破しました。1万人目の利用者は高橋靖子さん。



特集 東上線とわたし

今年5月1日に開業100周年を迎えた東武東上線。市内にはみずほ台、鶴瀬、ふじみ野の3つの駅があり、中でも鶴瀬駅は、1914（大正3）年開業以来の由緒ある駅です。市民は通勤、通学などいつも東上線にお世話になっていますが、皆様にその思い出を伺いました。



東上線50070系

東武東上線開業100周年を記念して、沿線自治体のキャラクターをラッピングした「キャラクタートレイン」が7月1日(火)より運行しています



平成6年1月頃のふじみ野駅東口周辺
駅舎の向こう側に見えるのはアイムふじみ野（マンション）
東口には空き地が広がるばかり…

巡回展『鶴瀬駅の100年』

好評につき展示の延長決定!!
9月12日(金)～10月12日(日)
場所：中央図書館 展示ロビー

長年待ち望んでいたふじみ野駅が出来たときは本当に嬉しく思いました。それまで東上線を利用する場合は、砂利道を砂埃を被りながら、自転車で鶴瀬駅まで出る必要があり大変でした。

進物品などは、川越まで買いに行ったものですが、今は都内のデパートで済ませるようになりました。便利になって言うこと無しですが、ちよっと残念なのは、以前なら勝瀬の何処からでも眺められた富士山が見られなくなったことです。

梶 利子さん（大字勝瀬）



昭和39年 鶴瀬駅 帰宅を急ぐ乗客
まだ橋上駅舎はなく、プラットホームに降りた乗客は線路を横切り改札を通過して家路につきました
(写真提供：難波田城資料館)

今から三〇年程前、私が小学生の頃を思い出します。ふじみ野駅が無く、そこには砂利が敷かれた狭い踏切がありました。辺り一面トウモロコシ畑が広がり、上福岡ー鶴瀬間をトップスピードで走るクリーム色の電車からは、鉄の匂いがしてきました。鉄の匂い、踏切や電車が走る音と共に育ちました。

土屋 懸吾さん（ふじみ野西四丁目）

小さい時から鉄道が好きだったようで、母によるとベビーカーから東上線を走る列車を見て喜んでいました。小学生の頃は休みの日に早起きをして、ふじみ野駅付近を通過する特急を見に行きました。高学年になると毎年埼玉県民の日に「東武鉄道フリー乗車券」を自分のお小遣いで買って、終日列車の旅を楽しみました。東上線だけではなく伊勢崎線の羽生、谷塚辺りまで行きました。

お気に入りの車両は50070系第5編成です。これは東日本大震災後、節電で送電が止まった時、開閉できるように窓の形が特殊に作られています。

現在は通勤で毎日東上線を利用しています。仕事が忙しかったため鉄分は70%ぐらいです。

西川 一輝さん（渡戸三丁目）

20、30代のころ、夜勤明けで、朝池袋発10時位の電車に乗っていた。電車で揺られてついうとうと。目が覚めると良い鳥の鳴き声。ふと見渡すと終点。小川町、森林公園まで行った事も。熟睡した後でもあり、鳥の声に良い所だなと想った。

帰り路線の長い事。長閑で田舎の電車だったと今でも思い出す。

山城さん（鶴瀬東二丁目）

通勤に使っていました。車窓から、春はいつも柳瀬川の桜並木が楽しみでしたし、秋は電車の扉が開くと金木犀が香る駅があり、沿線の木々の紅葉にも目が行き、また今日は富士山が良く見えるかと、季節を感じながら乗っていました。たいてい音楽を聞いていたのですが、良い気持ちで鶴瀬駅を乗り過し、ふじみ野駅で気づいたこともありました。

時々驚くほど大声の車掌さんがいて、そのアナウンスを聞くと、「またあの車掌さんか」と目が覚めました。

荊木 敦子さん（羽沢二丁目）

夏休みの宿題で、読書感想文は苦手だった。いつになっても書けないまま、始業式が近づいてくる。学生時代、乱読だったが活字を追う習慣から読書力がついていったと思う。だが、感想文となると「さて何を書いているのやら」である。

車中は今でも専ら読書だが、近頃の車内は文庫本、雑誌を手にする姿をあまり見かけない。かわってスマホに見入る若者が目につく。いったい何に没頭しているのだろうか。

編集委員雑感

(本多)