

みんなの大和NEWS

<発行部数 14000部>

発行／中野区大和区民活動センター運営委員会
編集／みんなの大和NEWS編集委員会
住所／〒165-0034 中野区大和町 2-44-6

TEL／03-3339-6125 FAX／03-3339-6126
集会室予約／03-3339-6141
Email／nakano_yamato@coast.ocn.ne.jp



しだれざくら(大和町4丁目) 写真提供/多田金宏氏

こんな“困りごと”ありませんか？

私たちが、いつも生き生きと暮らすために

高齢であっても、障害があっても、病気になっても、誰もが安心して暮らし続けられる「中野の町」を実現するために、中野区社会福祉協議会(社協)は地域福祉事業推進の中心的役割を担っています。

まずは

社協(しゃきょう)の

“解決よっちゃん”にお電話ください。

03-5380-6444

■中野区社会福祉協議会
にへい よしえ
二瓶良恵(よっちゃん)



“解決よっちゃん”は社協の大和地区担当者です。



お年寄りのための支援

●高齢者困りごと支援事業

- ・エアコンフィルターの掃除をしてほしい
- ・掃除機の紙パックを交換してほしい
- ・暖房器具の取り出し、上げ下ろしをしてほしい
- ・切れた電球を取り替えてほしい
- ・エアコンなど、家電の操作方法を見てほしい・・・など



●ほほえみサービス事業

- ・ヘルパーさんには頼めないとこ
ろの掃除をしてほしい
- ・話し相手をしてほしい
- ・病院の通院に付き添ってほしい
- ・代わりにちょっとした
買い物をしてほしい
- ・趣味活動の相手やお手
伝いをしてほしい
- ・家族が不在の間の手伝いをして
ほしい・・・など



●あんしんサポート事業

- ・元気で一人暮らしをしているけど、何かあった時に相談できる人がほしい
- ・万が一入院した時に、手伝ってくれる親族がいない
- ・一人なので、亡くなった後のことを準備しておきたい・相談したい・・・など



ママ・パパのための支援

●中野区ファミリー・サポート事業

- ・働いていて、保育園の送迎が大変・間に合わない
- ・仕事ではないけれど、子供を少し預かってほしい・・・など



暮らしの中の支援

●福祉何でも相談

- ・ご近所トラブルになっている人、気になる人がいる
- ・ずっと家にいる(引きこもり)の子供がいる・・・など



“解決よっちゃん”がお話を聴いて、適切な事業機関をご紹介します。



友達ができる、楽しい憩いの場です！

ハスポット

大和町には、あなたの趣味や健康を守るために活動しているグループが沢山あります。その中から、“解決よっちゃん”が、お勧めのグループをご紹介します。参加したいグループがあれば、“解決よっちゃん”に、ご連絡ください。



会場／大和公園

<大和公園ラジオ体操会>

ラジオ体操を通して、日々の健康づくりと交流を行っています。

●活動日時／毎朝06:25(雨天は除く)

●参加費／なし ●会費／なし ●参加対象

／どなたでも ●事前申込／不要



会場／大和区民活動センター

<エフォートトリムクラブ>

足腰の強化、脳の活性化、ダンスによる介護・転倒予防のための運動の習慣化を目指し、社会・地域との繋がりを大切に、楽しいグループです。

●活動日時／毎週金曜日10:00~11:30

●参加費／なし ●会費／月会費2000円

●参加対象／どなたでも ●事前申込／要

<カフェカトリア>

大和地域の乳幼児親子から高齢の方までが、ホッとできる憩いの場・集いの場です。お気軽にお立ち寄りください。

●活動日時／毎週水曜日10:00~15:00

●参加費／200円 ●参加対象／ど

なたでも ●事前申込／不要



<大和虹の会>

絵手紙の練習・発表会を通して、会員の交流をしています。年に2回、ブ

ロードウェイ・夢通り・区民活動センターで展示します。絵手紙をしてみたい方、ぜひ一緒に、絵手紙をしませんか。活動日に遊びに来てください。 ●活動日時／毎月第2・4木曜日13:30~15:30

●参加費／なし ●会費／前期2000円

・後期2000円 ●参加対象／どなたでも

●事前申込／要



<TIGGERS (ティガーズ)>

週1回、子供の健全育成を図るためにダンスを行い、保護者同士の交流も大切にしています。どうぞ親子でご参加ください。 ●活動日時／毎週木曜日14:30~15:30

●参加費／用具代・衣装代 ●会費／なし ●参加対象／未就学児の親子

●事前申込／要



<大和トリムクラブ>

女性なら、誰もが気軽に参加できます。楽しいトリム体操で、健康づくりをしています。

●活動日時／毎週水曜日10:00~11:30

●参加費／月1500円 ●入会費／1000円

●参加対象／高齢者(女性のみ) ●事前申込／要



<スピン>

卓球を通して健康増進・親睦を行う。①コーチによる個人レッスン②月々の共通テーマに皆でチャ

レンジ③お楽しみゲーム、の3部構成。月4回のうち1回は30分の茶話会。見学・初心者ウェルカム！ ●活動日時／毎週月曜日9:20~12:00

●会費／4か月毎3000円

●参加対象／どなたでも ●事前申込／要



<大和パソコンクラブ>

シルバー世代を中心に、講師の高山宏嗣先生と楽しくパソコンのイロハを学んでいます。ノート型パソコンを持参できる方、お待ちしております。見学も大歓迎。

●活動日時／毎週火曜日13:00~16:30

●参加費／月1000円 ●会費／なし ●参加対象／大和地域の高齢者

●事前申込／要



<大和友愛会(友愛クラブ)>

誰もが参加できます。一緒に健康麻雀・囲碁・輪投げの会・写友会(写真)・歌声・花壇作りをしませんか。関

心のある活動に、ぜひどうぞ。 ●活動日時／事業により開催日・日時が異なります。

●参加費／なし ●会費／年1000円 ●参加対象／高齢者

●事前申込／要



<ことぶき大和会>

会員相互の親睦を図り、生涯学習大学で学んだ知識を地域活動に生かしています。年2回必ずり会場で近郊散策。地域の行事や学校行事のボランティア活動と一緒にしませんか。 ●活動日時／毎月1回(不定期)

●参加費／なし ●会費／年1000円

●参加対象／なかの生涯学習大学在生および卒業生

●事前申込／要



<健康体操カトリア>

第1月曜日は「みんなでワイワイ」誰でもできる、バルーンバレーとポッチャをやります。

第2月曜日は「椅子を使った体操」椅子に座ったままできる、リラックス体操です。

●活動日時／毎月第1月曜日・第2月曜日13:30~15:30

●参加費・会費／なし

●参加対象／高齢者 ●事前申込／不要



<しゃべっても良員会(いいんかい)>

大和地区で定年退職された男性が、日常考えていることを自由に話し合える場所、仲間作りの場所です。メンバーが順番で講師を務めて、意見交換します。5時からの軽く一杯が楽しみ。

●活動日時／毎月第4木曜日15:00~17:00

●参加費／なし ●会費／なし

●参加対象／大和地区の定年退職を迎えた男性の方

●事前申込／要





伝言板

新型コロナの状況次第では中止になる場合もあります。館内ポスター・ホームページ・事務局でご確認ください。

■問合せ/大和区民活動センター運営委員会事務局
☎(3339) 6125 Email:nakano_yamato@coast.ocn.ne.jp

YAMATO GALLERY

大和ギャラリー

■当センター1階ホール

展示予定

- 3月8日(月)~27日(土)
「大和町まほろば<大和町中央通り商店街編>」
- 3月29日(月)~4月10日(土)
「春の絵手紙展」
- 4月12日(月)~5月7日(金)
「大和の端午の節句」

*展示名は仮称、展示期間は変更になる場合もあります。

地域のコミュニティカフェ。

カフェカトリア

《スタッフ募集》

新型コロナが完全に収束するまでは、お休みです。再開のメドがいたら、館内ポスター・ホームページでお知らせします。

皆さまのご参加、待っています!

健康体操カトリア

- 時間/13:30~15:30
- 会場/当センター集會室
- 第1月曜日は「みんなでワイワイ」(無料)
*4月・5月は「ポッチャ」を行います。
注:5月は第2月曜日の10日になります。
講師/長野誠先生(スポーツボランティア)
- 第3月曜日は「椅子を使った楽しい体操」(無料)注:4月からは、今までの第2月曜日から第3月曜日に移行しますので、ご注意ください。
講師/山本明子先生(中野区トリム体操連盟会長)

60歳以上の方に マッサージ 三療サービス

- 日時/毎月第3木曜日09:30~
注:3月は25日(木)に変更です。
- 場所/センター3階 和室1・2号室
- 費用/900円(45分)

3月~5月の恒例イベント情報

- 蓮華寺「花まつり」中止 ●大和児童館「ようこそ一年生」未定

4月6日(火)

明和中学校が開校します。

第四中学校と第八中学校が統合して誕生した明和中学校(旧第四中学校校舎)で、4月6日(火)に始業式が行われます。新しい校名・校章・校歌で、生徒にとっては新鮮なスタートですね。

コロナ禍のため、グループ活動中止や施設の休館があり得ます。
“解決よっちゃん”にご確認ください。



大和町の

憩し

会場/やまと診療所2階

<映画会>

好きな映画の時に来て、大画面テレビで楽しめます。映画の後は楽しくティータイム。●活動日時/毎月第1月曜日13:30~15:30 ●参加費/なし ●会費/入会費500円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要



<おりがみ教室>

先生が優しく教えてくれます。材料も、こちらで用意します。毎年、中杉健康友の会主催の「作品展」に出品しています。●活動日時/毎月第4木曜日14:00~15:30 ●参加費/なし ●会費/入会費500円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要



<健康マージャン(未経験者)>

ルールを覚えることから始めています。賭けない・飲まない(お酒)・怒らないを基本に、頭と指を使って認知症予防! ●活動日時/毎月第2水曜日14:00~15:30 ●参加費/なし ●会費/入会費500円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要



<ころばん・セラバン体操>

健康維持のために、荒川区と首都大学東京が共同開発したオリジナルの転倒予防体操です。ゆっくり動いて声も出し、脳の体操にも。終わった後はティータイム。



●活動日時/毎週火曜日10:00~12:00、毎月第2・4月曜日14:00~15:30 ●参加費/なし ●入会費/500円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要

<まちなかサロン 傾聴サロンやまと>

傾聴活動ボランティアと、傾聴講座修了者を中心に設立した心に寄り添うサロンです。傾聴スタッフが、個別でお話を伺うことも可能です。●活動日時/毎月第1木曜日13:30~15:30 ●参加費/200円 ●会費/なし ●参加対象/どなたでも ●事前申込/不要



*新型コロナ感染予防対策のため、今年の3月から来年3月までは、大和区民活動センターで開催します。



会場/ちいたび会事務所

<若年認知症カフェちーたーひろば>

誰でも気軽に利用できるオープンな場。認知症の相談もでき、本も自由に読めます。若年性認知症本人・家族を対象とした交流会・旅行会・手作業サロンも行っています。●活動日時/毎月第1土曜日・第3水曜日11:00~16:00 ●参加費/なし(おすすめコーヒー300円、カレー500円) ●会費/なし ●参加対象/どなたでも ●事前申込/不要



<大和墨絵の会>

宮本和郎先生の指導で、季節の花・風景など自由に題材を選び、墨を中心に彩色の工夫を加え、墨絵を描いて楽しみます。初めての方でも、安心して墨絵が描けます。見学をお待ちしています。●活動日時/毎月第2・4月曜日13:00~16:00(8月はお休み) ●参加費/なし ●会費/月4000円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要



<大和朗読の会>

“声のボランティア、何でもお引き受けします”をモットーに高齢者施設で朗読・大型紙芝居や子供たちへ読み聞かせ。楽しいのは、大型紙芝居の手作り・子供たちの笑顔・高齢者の方々から「また来てね」の言葉です。●活動日時/不定期 ●参加費/なし ●会費/月1500円 ●参加対象/どなたでも ●事前申込/要



12月の大和町は、サンタさんが大忙し!

●大和幼稚園「クリスマスお遊戯会」

コロナ禍のため、年少組12月12日(土)年中組19日(土)年長組20日(日)と、3日に分けて開催されました。それぞれにメインのプログラムがあり、年少組はお遊戯、年中組は劇とお遊戯、そして毎年注目される年長組のプロジェクト型保育の一環として、ストーリーから台詞・歌・踊り・衣装まで、子供たちのアイデアで作った「手作り劇」です。みんな力を合わせて精一杯演じ、保護者の方々から大きな拍手をいただきました。最後はサンタクロースが登場し、一人一人にプレゼントを渡して、楽しいクリスマス会は幕を閉じました。



ストーリーから台詞・歌・踊り・衣装まで、子供たちのアイデアで作った「手作り劇」です。みんな力を合わせて精一杯演じ、保護者の方々から大きな拍手をいただきました。最後はサンタクロースが登場し、一人一人にプレゼントを渡して、楽しいクリスマス会は幕を閉じました。

●七海保育園「クリスマス会」

12月23日(水)今年のクリスマス会は、新型コロナウイルス感染防止のため、年長児の祖父母の方々のご招待を見合わせ、子供たちのみで行いました。職員がハンドベルで、♪もろびとこぞりて♪ジングルベルを演奏すると、一緒に口ずさんでいました。そして、鈴の音と共にサンタさんの登場!驚きと喜びの笑顔があふれる中、プレゼントをもらい、嬉しそうなお子たちでした。乳児クラスの子供たちは、サンタさんの登場に泣いてしまう子もいましたが、それぞれがサンタさんとのふれあいを楽しみました。特別メニューの昼食を食べ、楽しいクリスマス会となりました。(成田先生)



●おうち保育園なかの大和「クリスマス会」

例年、クリスマス会には保護者の方もお誘いしていましたが、今年は感染拡大防止の観点から、12月25日(金)子供たちみでの開催となりました。それでも「保護者不参加」というだけでは寂しいと思い、スタッフ全員で案を出し合い、保護者の方へは当日の様子を動画で共有することにしました。年末年始のお休み中に動画を見て、子供たちの成長を感じ、親子の会話のきっかけにしたいと思っています。(橋本園長)



地域開放型学校図書館「美鳩ライブラリー」は4月20日(火)のオープン予定です。

●開館日/火曜・木曜・土曜・日曜・祝日*夏季休業などは毎日開館
●開館時間/10:00~19:00 *学校図書館は土曜日、日曜日、夏季休業などのみ開館
●連絡先/☎03(3330)8160
区立図書館の職員2名が常駐します。ご利用にあたってのご不明な点などについて、お気軽にお問い合わせください。

美鳩小学校の避難所が、2月1日から稼働しました。

この避難所は、地震災害への対応が主体で、5強レベルの地震発生時に開設します。大和町の避難対象区域は、大和町四丁目42番の一部、43番~45番、46番の一部、52番、53番です。避難の際は、東門(正門)と南門をご利用くださるようお願いいたします。



ご報告します。

再度の緊急事態宣言が出ている中、感染対策にご苦労されながらのイベント開催。子供たちの笑顔が輝いていましたね。

消防団の熱意に触れた、美鳩小学校「救命講習」

11月9日(月)に、消防団(野方第五分団)の方をお招きして、3年生を対象に救命講習の授業がありました。胸骨圧迫の体験と、実際に使用されている拍子木や筒先(ホースの先に取り付ける水が出る所)を持たせてもらいました。機材や、火災の現場で着用する防火服の重さにも驚きましたが、20mもある放水ホースを転がして伸ばす技には、歓声が上がりました。消防団の皆さんは、普段は別の仕事をされていますが「自分たちの町は、自分たちで守りたい!」という熱い思いに、拍手と「かっこいい!!」との声が上がりました。(PTA 池田)



田中ナースリー大和保育園「冬のおたのしみ会」

12月5日(土)今年は幼児のみクラスごとに、地下ホールで行いました。保護者の方のご協力もあり、観覧席も、人数制限や換気をしながら行いました。5歳児は「金のがちょう」の演目で、それぞれの役割になりきって、舞台上のびのびと演じている姿は、とても嬉しそうでした。コロナ禍ですが、子供たちは日々たくましく、友だちと楽しく過ごしています。これからも地域の方とつながりを大切に…就学に向けて準備をすすめていきたいと思えます。(石澤園長)



TAC 未来子ども保育園「不審者対応訓練」

12月15日(火)大和公園で「園児たちが遊んでいるところへ、見知らぬ男性が近づいて、電車のおもちゃを差し出して話しかけ、園児がおもちゃに手を伸ばしたところを、先生に止められる」という設定で実施されました。園長先生から「見知らぬ人から声をかけられても、ついていけないように。何か物をあげると言われても、もらわないように」とお話があり、園児たちは「はい!」と元気な声で返事をしていました。今回の不審者対応訓練は、主に先生方を対象にした訓練で、日頃の保育で利用する頻度の高い公園で、実際に起こった場合を想定して実施されました。



動物たちが可愛かった!七海保育園「観劇会」

1月22日(金)劇団「ゆい✽パペットシアター」さんを招き、観劇会を行いました。今年度は新型コロナウイルス感染防止のため、2回公演で分散して楽しみました。ポスターやチケット作りなど、年長児が張り切って準備をし、当日をむかえました。三味線の弾き語りとお人形による「唄っておおかみさん」の物語に、子供たちは笑ったり、驚いたり、歓声をあげながら物語の世界に引き込まれていました。小さい子はオオカミが登場すると怖がり、泣いてしまう場面もありましたが、ウサギとブタのかわいい動きに、また笑顔が戻り最後まで楽しんでいました。(成田先生)

