

きずな

みんなで創ろう！あたたかさを感じられる住みよいまちづくり

【高野地区】
松ヶ丘・けやき台・南守谷・
高野・乙子・鈴塚・美園

第 19 号

「敬老の集い」4年ぶりに開催！

11月5日(日)に4年ぶりとなる敬老行事「みんなで祝おう敬老の集い・高野地域交流会」が守谷市立松ヶ丘小学校体育館で開催されました。来場者・関係者合わせ350名が集い、相撲甚句・スコップ三味線、シルバリーハビリ「ば・た・か」、ギターバンドMJ7、小笠原 千亜紀さんの民謡をみんなで楽しみました。大江戸相撲甚句会がこの日のために作成した「高野地区名所甚句」は好評を得ました。何より高野地区の方々がたくさん集い、語らい、ふれあい、交流を得られたことが一番の喜びとなりました。



「相撲甚句」は、江戸時代から力士の間で唄われてきた伝統的な文化のひとつで、地方巡業などの取組前に土俵上から独唱する七五調の囃子唄。七五調の「ドスコイ、ドスコイ」などの合いの手が入るのが特徴です



送迎バス2台用意、1台が到着。1号車は高野公民館、2号車は美園明神公園が始発



受付は奥から名前「あ・か・さ・た・な」順でスムーズに受付



来賓あいさつ
松丸市長よりご祝辞をいただきました

出演者の皆さんありがとうございました。

大江戸相撲甚句会



瀬島会長による
寄席太鼓・一番太鼓



高野相撲甚句パネルの贈呈
大江戸相撲甚句会長から
清水会長へ渡されました



高野相撲甚句パネルの贈呈
作詞の兼田当会員にも
パネルが贈呈されました



相撲の基本動作を基本に考案された
健康相撲体操



「浪速節だよ人生は」の曲が流れ、その曲に合わせてスコップを
三味線のように叩き始めました！ 右手でスコップを叩き、
左手は弦を押さえるように上下に動かしていました



津軽三味線
(個人演奏)

クラシックギターバンド MJ7

「禁じられた遊び」などのスタンダードナンバーの演奏に加えて、
「いつでも夢を」「恋の季節」といった懐メロソングを会場の
皆さんで大合唱！ 若かりしあの頃に暫し戻ったような雰囲気が
会場を包み込みました。



クラシックギターに
パーカッションを組み合わせた
ギターユニット(^.^)

シルバーリハビリ体操「ば・た・か」

「ば・た・か」体操に日頃慣れ親しんでいる方も、そうで
ない方も、皆さん一緒にイチ、ニ、サン、シ！ くれぐれも
無理は禁物ですが、しっかり身体を動かしてフレイル
予防、明るく楽しい毎日目指してニ、ニ、サン、シ！！



イチ、ニ、
サン、シ



小笠原 千亜紀

三味線の心地良い音色と、歌い手の方のピリッとした
歌声、懐かしく温かい雰囲気包まれ、日本民謡の
美しい日本語の歌詞も心に響きました。



みなさん 素敵な歌声や三味線の
音色にうっとり♪



「市民健康ひろば」を開催しました。



9月30日
「人生の友、血管と血流」
岩井武尚 先生

岩井先生は、若者の血管病で手足の血管が詰まって手足が腐ってくる病気で動脈硬化を促進する因子がないこととされるバージャー病から若者を救いたい思いから長年この病気を研究されてきました。いまだに原因不明で厚生労働省指定の難病です。この病気になる要因は、喫煙と口腔内ケアが行き届いていないことのようにです。禁煙と口腔内ケアで歯周病を予防することが大切のようにです。

エコミークラス症候群は、脚の静脈血栓が肺に飛んで塞栓症を起こすものでそのうち深いところで起きる深部静脈血栓症が増大し血栓がちぎれて肺に飛び死亡する例があるそうです。この予防には脚の運動をすることだそうで日本の和室生活は大変有効だったようです。

今回の岩井先生の講演で得たことは、煙草を吸わない、口の中を清潔に保ち、運動をするそして歯を大事にし、できるだけ抜かずに保つことですね。



10月14日
「あなたの脳は大丈夫」
青柳 滋 先生

青柳先生は、幼少時守谷周辺の地で過ごされ、将来故郷に貢献したいとの思いから医師になり守谷に住まれたかたです。素晴らしいことです。講演は、脳卒中—脳梗塞、脳出血、くも膜下出血—の予防についてお話をしました。この講演を聞きに来られた方々の中に脳卒中で生死の境を彷徨っていた方がおられ、先生の手術を受けられて生還し今日の講演を聞きに来られたと感謝されていました。

..... 「脳卒中予防十か条」

- 一、手始めに 高血圧から 治しましょう
 - 二、糖尿病 放っておいたら 悔い残る
 - 三、不整脈 見つけ次第 すぐ受診
 - 四、予防には たばこ を止める 意志を持って
 - 五、アルコール 控え目は薬 過ぎれば毒
 - 六、高すぎる コレステロールも 見逃すな
 - 七、お食事の 塩分・脂肪 控えめに
 - 八、体力に あった運動 続けよう
 - 九、万病の 引き金になる 太りすぎ
 - 十、脳卒中 起きたらすぐに 病院へ
- 番外 お薬は 勝手にやめずに 相談を

お薬は 勝手にやめずに
相談を

脳卒中予防のためには
治療継続が重要です。



皆さん、口の中を清潔に、元気よく運動して健康に
過ごしましょう。

第2回高野地区グラウンドゴルフ交歓会

空気が澄み、夜空に月が冴え冴えと明るみ、地上では露が冷たく感じられる季節のはずが残夏でまだ暑さを感じる異常気象の中、第2回高野地区グラウンドゴルフ交歓会を開催。

開催日 2023年10月11日 水曜日

場 所 けやき台公園内広場

参加は3クラブ

- ・高野地域を中心にした広域クラブ部員「けやき台GGC」
- ・けやき台地域のクラブ員で構成された「雅会 GGCクラブ」
- ・松ヶ丘地域のクラブ員で構成された「清和 クラブ」

参加者は、元気なお年寄りばかりで、朝早くから自分たちでコース設定や運営本部の設営をするというまさに手作りの大会でスタッフは大助かりでした。

コースは、8ホール4ゲームマッチ、競技は、1グループ5人または6人で各クラブからの混合で交流を深めました。

選手の最高齢は、なんと卒寿(90歳)を迎えられた方でスコアはグロス100とビックリです。

この方には皆さんでお祝いの花束を贈呈し祝福しました。



競技の結果は、

- 優勝 小高欣三(雅会) 一打1回 二打 17回 スコア 77
2位 細谷文子(雅会) 一打2回 二打10回 スコア 78
3位 小菅通男(けやき台) 一打2回 二打 9回 スコア 79
ホールインワン 小高欣三(雅会)さん 一人でした。

入賞の皆さんおめでとうございます。

ではまた、来年元気なお姿でお会いしましょう。

高野小、稲刈り体験



9月28日(木)高野小学校5年生36名が、5月に田植えた稲を収穫の「稲刈り」を行いました。社会科の「米の生産」、理科の「食物の発芽と成長」の学習を実際に「稲刈り」を体験し「米作り」の過程から収穫までを実習できました。



美園北・秋の集い



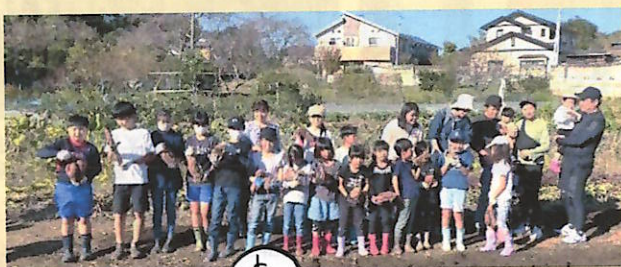
美園北自治会は恒例の「夏祭り」を猛暑の終わった10月14日(土)に「秋の集い」として4年ぶりに乙子公園で開催しました。天気も良く久しぶりに大勢の方々が来場し、ゆるキャラと遊んだり、ゲーム大会等で盛り上がり、賑やかで楽しい一日になりました。



芋ほり体験会



10月22日(日) 快晴の下、乙子・美園地区合同の「芋ほり体験会」が 乙子・大手さんの畑で実施されました。子ども20人と父母たちが泥んこになって芋ほりにチャレンジ、帰りには大量の収穫をお土産に楽しい一日体験になりました。



お芋は
あま
い

ミ・ナーデ

あきまつり&ハロウィン

10月28日29日 ミ・ナーデであきまつり&ハロウィンが開催されました。朝方はあいにくのお天気にも関わらず大勢の親子連れが来館し賑わいました。館内では職員手作りのゲームを楽しんだ子ども達！子ども達の笑い声や歓声がたくさん聞かれました。

