

海蔵社協通算 第53号  
平成19年3月

## 地区広報

# かいぞう

安全で安心な海蔵を



防犯の輪・見まもりの輪・善意の輪を広げよう!

最近、信じられないような劣悪な事件が連日テレビや新聞などで報道され、本当に胸が痛みます。幸いに今現在、私たちのまち海蔵では、このような事例は発生していませんが、いつ起こっても決して不思議ではない社会情勢です。

そのような現状の中、犯罪・事故・災害などに対する不安のない安全で住みよい地域社会の構築は、私たち地域住民全ての願いであるように思うのです。

平成十八年十月十九日、自治会、社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、青少年育成協議会、小・中学校PTAなどが中心となり、その他の各団体と連携し、安全で安心な海蔵のまちを構築するために、「海蔵セフティネット協議会」を設立しました。

近頃では、海蔵セフティネット協議会のワッペンをつけ散歩や買い物をする会員さんの姿や、自転車や自動車にステッカーを貼って自主的にパトロール活動をしている会員さんの姿などを、あちらこちらで見かけるようになりました。

安全で安心な海蔵のまちは、私たち一人ひとりが手を取り合って、安全に対する認識を高め、犯罪や事故・災害を抑止する活動を推進し、日常生活の中で、防犯の輪・見まもりの輪・善意の輪を広げていくことで、構築できるのではないのでしょうか？

海蔵地区人口 総数12,751 男6,342 女6,409 世帯数4,955 (3月1日現在)

編集・発行 / 海蔵地区社会福祉協議会・広報部

印刷/(株)イヤマ印刷

海蔵幼稚園・保育園児に防犯教室実施



2月15日(木)、海蔵保育園で絵本とペープサートによる防犯教室を実施しました。来年度、小学校に入学する海蔵保育園・幼稚園児たち約100人と、登下校時に注意することや、危険を感じた時、どのような行動をしたらよいか話し合い、「タッチ&ゴー・カットイン」「ダンゴ虫」などの逃げ方、危険を知らせる声の出しかたなどを勉強しました。また、【海蔵セフティネット協議会】や【子どもを守る家】のマークを確認し、自分の命は自分の力で守り、大切にしなければならないことを、子どもたちなりにつかんだようです。

先生方の下校指導



海蔵小学校の嶋影校長先生と刑部先生が、週2回、西門前の横断歩道で、下校指導をしてくださっています。子どもたちに、「自分自身で考え、身を守る力を身につけて欲しい」とお願いしながら、先生方はいつも子どもたちに笑顔で暖かい言葉をかけ、見まもり続けてくださっています。ありがとうございます！

安心

海蔵地区に広がる

見まもりの輪

安全

防犯の輪

善意の輪

海蔵セフティネット協議会は、7ブロックにわかれ、自主的に子どもたちや高齢者、そして地域を見まもる活動を続けています。

- A: 西阿倉川1区~5区
- B: 阿倉川新町・松ヶ丘
- C: 東阿倉川1区・阿倉川
- D: 万古・東阿倉川2区
- E: 三ツ谷東・西・南・北各区
- F: 本郷1区・2区・末永1区・2区
- G: 清水・野田

青

青少年育成協議会は、巡回補導活動を実施しています。青少協のメンバーに、小・中学校PTAの環境部員と育成会の補導委員が加わり、夜間パトロールし、地域の安全を確認しています。セフティネットのメンバーも協力します。

【巡回ポイント】

市民センター、海蔵小学校・幼稚園、ファミリーマート、CoCoストア、海蔵保育園、ミニストップ、海蔵川堤防(菖蒲園)、ピイドリーム、サークルK(三ツ谷東店)、阿倉川駅、サークルK(駅前店)、ユニー、山手中学校

注

毎朝、小学校のPTAのみなさんが、横断歩道などに立って、子どもたちを見まもっています。西富田阿倉川線が開通してから、交通量が増え、事故の危険が高まっています。小学生のみなさんは一列にきちんと並んで登校しましょう！本年度自転車での事故が数件あったそうです。『止まれ』の標識を守りましょう！



すこやかあいさつ運動&交通安全指導



山手中学校区すこやか協力者会議主催で、年間5回、あいさつ運動と交通安全指導を実施しています。11月24日、2月9日は、セフティネット協議会の役員、ブロック長など多くのみなさんがタスキやワッペンをつけ、この活動に参加しました。

自分のお散歩=パトロール



清水町の石崎さんは、毎日、犬のお散歩時に、蛍光バンドとワッペンをつけ、パトロールしてくださっています。「犬の散歩だけでなく、自分自身の運動にもなるから」とおっしゃっています。犬のためにも、ご自身のためにも、そして、地域のためにもなって、一石三鳥ですね。ありがとう！石崎さん！

- す: あいさつ運動実施箇所
- 注: 交通事故多発箇所
- 青: 春・夏・冬夜間巡回補導チェックポイント



これは『海蔵セフティネット協議会』の会員証です。地域のみなさん。このマークをしっかりおぼえてください。そして、約800人の会員さん。毎日、外出する時、このワッペンを身につけてください。一人ひとりが意識し、身につけ、散歩したり、買い物に出かけたり、通勤したりするだけで、防犯の輪を広げることになるのです。ワッペンの他に、自動車・自転車用ステッカーも作成し、配布しているそうです。協力していただける方は、「海蔵セフティネット協議会事務局」までご連絡ください。

(窓口: 海蔵地区市民センター TEL 331-3284)

登校時の見まもり



三ツ谷の山田さんは、2年前から、毎朝自主的に、自宅前の登校班の集合場所から小学校まで、子どもたちと一緒に通学路を歩き、交通安全指導をしてくださっています。以前は消防署にお勤めされていたそうで、退職後も、人のためになること、人を助けることをしたいと思い、この活動を始められたそうです。「子どもたちに、毎日いろいろなことを教わります。少子化が進む中、三ツ谷の子どもの数は増え続けているので、大変うれしく思っています。通学路は危険な箇所がたくさんあるので声をかけながら、歩いています。」とおっしゃっていました。三ツ谷の子どもたちは、毎朝、山田さんに見まもられ、本当に幸せですね。



グランドゴルフ



異世代交流会



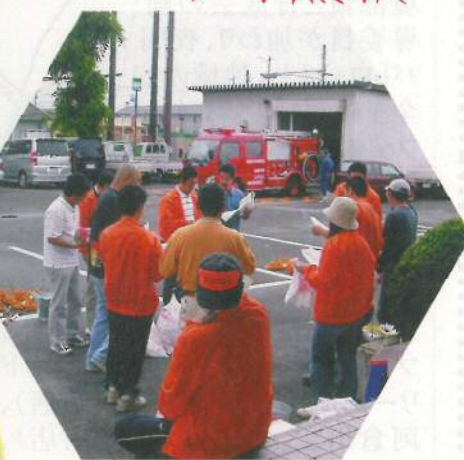
ふれあい街づくり



ニュースポーツ



ブイ点検

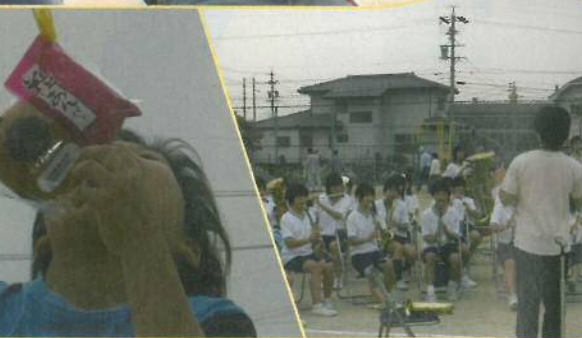
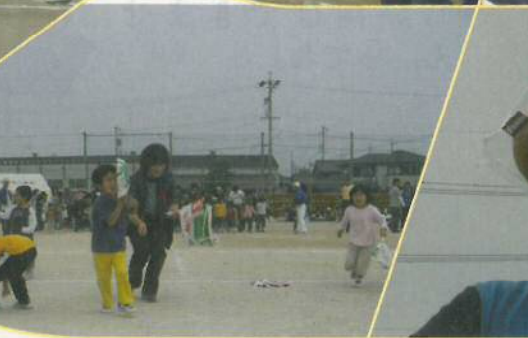


地区運動会

防災訓練



海蔵川桜まつり



やはり食事の意義は一家団欒にありました。

### 思い出の食卓

私の子ども時代は昭和20年代後半から30年代にかけてで、NHKの朝のドラマ「芋たこなんきん」に写しだされる食事風景そのままだった。

祖父、祖母、父、母、子どもたちの三世代で囲む食卓は、もちろん指定席。祖母と母がいろいろなことを喋り、父も話好きだったから、なかなかにぎやかだった。戦後でご馳走が並んでいるわけでもなかったが、ご飯のお替わりをしながら皆よく食べた。

その頃のことを思い出すとき、今は亡き祖母の笑顔が今も鮮明によみがえり、胸が一杯になる。

その当時は、お誕生会も、クリスマスパーティも、家族旅行もなかったけれど、毎日毎日全員が顔を揃える食卓で、お互いの様子や顔色、食欲を見合いながら、暮らしていたんだなあと、今になって懐かしさと共に思い出している。

### 「ご飯、何?」

「おはよう、ご飯何?」これが高一の息子との朝の会話のはじまりです。起きてすぐにも、ご飯の食べれるこの子の朝食は丼物(焼肉丼など)かチャーハン、朝から感心するくらいの食欲です。( ^ : ^ )

もちろん、帰宅一声『ただいま、ご飯何?』野菜中心の日は寝るまで、「お腹すいた」の連続です。

この食欲怪獣君はご飯大好きっ子。小さい頃からピーマンが大好き、魚も大好き。でもそのおかげなのか、体だけは丈夫です。

さあ、明日からも食欲旺盛で頑張り!

### ある広報部員さんのお話から

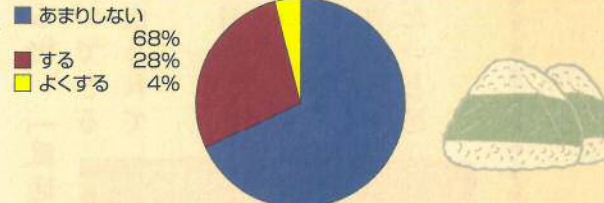
「我が家の夕食は、息子家族と一緒にですが、孫たちが今日の出来事を『ああや、こーや』とまくしたてて、まあ落ち着いて食事を取れやしません」と、話してくれました。まあ!なんて羨ましい話でしょうか。いまだき孫がいて息子がいて嫁がいてくれるなんて(もちろん愛妻も)。

こんな食事をとってればその部員さんはますますお元気で長生きされるにちがいない。って、私は思いました。

# 食事についてのアンケート

海蔵地区運動会で10代から80代  
200人に聞きました!!

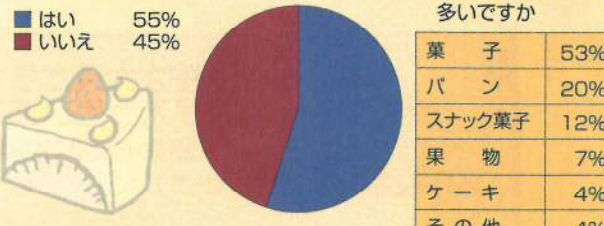
問5 スーパー、コンビニなどの弁当調理済みの惣菜を利用しますか



問6 栄養のバランスを考えて食べたり作ったりしていますか



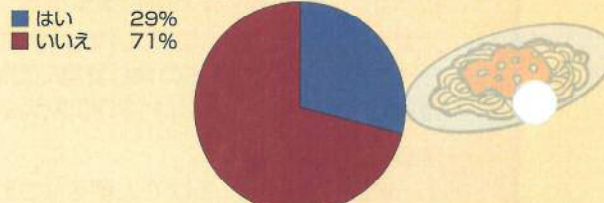
問7 間食はしますか



問7-2 間食はどんなものが多いですか

菓子	53%
パン	20%
スナック菓子	12%
果物	7%
ケーキ	4%
その他	4%

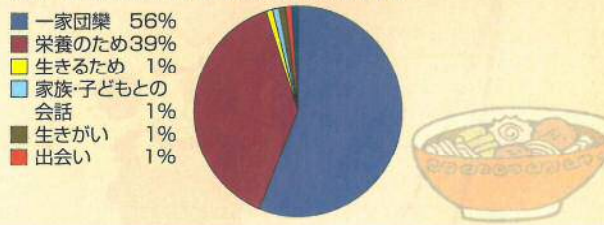
問8 栄養補助食品を利用していますか



問8-2 栄養補助食品はどんなもの

ビタミン、カルシウム	30%
コラーゲン	9%
サプリ	4%
酢	4%
にんにく	4%
ローヤルゼリー	0%
青汁	0%
その他	43%

問9 あなたにとって食事のひと時は何ですか



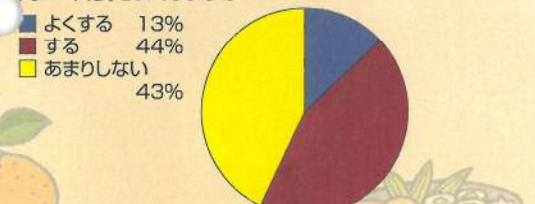
問1 毎朝朝ごはんを食べますか



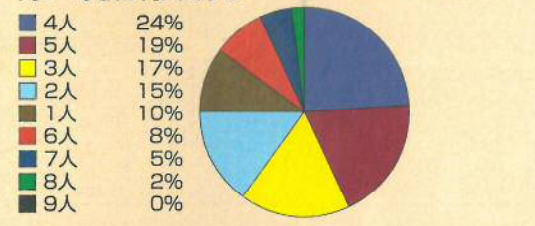
「はい」の年代別内訳

30代	50人
40代	40人
60代	34人
50代	29人
70代	17人
80代	9人
10代	5人
20代	5人

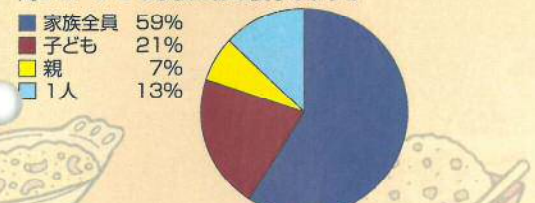
問2 外食をよくしますか



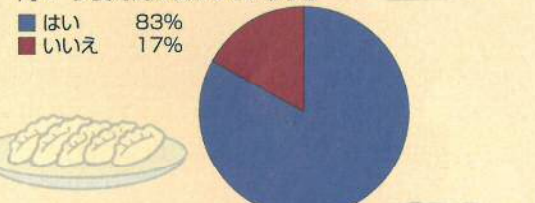
問3 家族は何人ですか



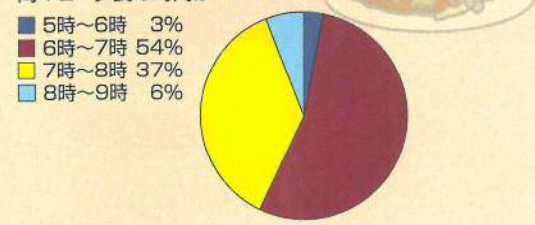
問3-2 いつも家族の誰と食事をしますか



問4 夕食時間は決まっていますか



問4-2 夕食の時間は



## 個食から家族食への移行大作戦実施!

元気な心と体は食からです。

今、物のあふれた世の中で、何故こんなにあたりまえのことが、姿を消していくのでしょうか。たとえば、子どものころを思い出してみてください。食卓のおかずは貧しかったけれど、母の手作りのお惣菜があり、何より、家族みんなの顔がそこにはありました。そんなあたりまえこそ「元気の素」であり、「生きる根っこ」を育んできたのです。



## こどもたちの食事が危ない!

一人ぼっちで食べる夕食、朝食をとらずに登校する子、コンビニで食べたいときに、食べたい物を買って食べる習慣...生活スタイルの変化は分かりますが、「このままでは大変」と思うのは、私だけではないでしょう。「食育」とはなにかを今一度見直しませんか、提案しませんか。

○ 個食

△ 勝手食い

× 習慣能力の低下 は  
追い出して、日本中の子どもも大人も元気にならなくちゃ!! 美しい国はできません。ってね。



# 社協はいま

海蔵地区社会福祉協議会は、海蔵地区内の各種団体（連合自治会、民生児童委員会、小・中PTA、育成会、若生会、婦人会、…）により構成されています。活動の内容は、敬老行事、運動会、文化祭の開催、菖蒲園の管理、海蔵川の清掃、桜まつり、グラウンドゴルフ、セフティネットなど多岐にわたります。もちろん、広報誌「かいぞう」も「社協」の発行です。活動のための原資は、地区内の皆さんから寄せられた大切な「善意の袋」募金、寄付金を主な財源にしています。

活動の目標は、地区住民皆さんの幸せのためのよりよい生活環境の構築です。今、「社協」では、一九年度の活動に際し、安心して生活のできる、住みよい海蔵地区をめざして「テーマ、重点目標の策定」を進めています。

「安心して子育てのできる街」「風通しのいい、きれいな街」「三世代の交流ができる街」など、多くの意見が出されています。

大きな「テーマ、重点目標」に沿った各事業の企画、一人でも多くの地区の人々が参加交流できる行事の開催をめざし、皆で力をあわせて、推し進めていきたいと思っています。



## ドライ大豆のトマトスープ煮

大豆が軟らかい簡単料理  
最後に加えるバターが決め手

《材料》

- A 玉ねぎ1cm角切り(中1個分)  
にんにく(叩きつぶす)一片  
サラダ油 大さじ2杯
- B じゃが芋1.5cm角切200g  
にんじん1.5cm角切100g
- C 完熟ホールトマト400g入り1缶
- D 水をCの缶で2と1/2缶  
大豆ドライパック110g入り1缶  
固形スープ 2個  
砂糖 大さじ2杯  
ソーセージ(6~7本)120g
- E 塩・胡椒
- F ブロッコリー・きぬさや  
青豆等の塩茹でしたもの 適宜  
バター 8~10gカット 6個



《作り方》

- ①Aを油で透明になるまで炒める。
  - ②BとCの汁も共に加え、トマトをつぶしながら煮立てる。
  - ③Dを加え、じゃが芋が軟らかくなる迄かき混ぜずに中火で煮上げ、Eで調味する。
  - ④器に盛り、Fを中央にのせる。
- ※作り置きOK、④は再加熱後する。

## あたまの栄養は大豆から (頭という字は豆が入っています)… ということで冷蔵庫の大掃除+栄養満点の 納豆唐揚げはいかが！

《材料》

納豆3パック(3から4人前)、ネギ少々  
人参1本、ピーマン3個、しいたけ等5個くらい  
(その他何でも、冷蔵庫の余り野菜でOK)  
贅沢バージョン:冷凍小エビ100グラムくらい

《作り方》

- 1 納豆をボールにあけて人参をすりおろす。
- 2 野菜・小エビを細かくみじん切してボールに入れる。
- 3 ボールの中身をよく混ぜて、卵2個を割り入れる。
- 4 小麦粉を1カップくらい入れ、塩、胡椒、納豆たれで味付けよく混ぜる。  
(小麦粉の量は、具がまとまる程度で適当に)
- 5 スプーンで油に落とし上げて、出来上がり。(高温だと焦げやすいのでご注意を)

