



ハイソの皆さん、こんにちは。桜ヶ丘ハイソまちづくり協議会からのお知らせです。

<お休み処から>

初冬の候、朝夕の冷え込みもいよいよ本格的になって来ましたが。周りの山の木々も、赤や黄色に色づいてようやく秋らしくなってきました。

今年の夏は10月になっても夏目(25℃以上)が続いていました。多治見では2013年に記録した真夏日(30℃以上)99日をあっさり更新してしまいました。100日以上真夏日があったとは、確実に地球温暖化が進んでいますね。可見市では「ゼロカーボンシティ宣言」をしています。ご存知ですか? 広報にみんなで取り組むエコ活動などをシリーズで紹介しています。お気に留めてみて下さい。温暖化をストップさせるために私達一人ひとりの小さな努力が必要です。

さて「お休み処」では

10月2日(月) 「健康講座」(7回目)(25名の参加者)

市の高齢福祉課から紹介して頂いた理学療法士さんが講師でした。

姿勢、肩甲骨、立ち上がり、ステップ、バランス、それぞれのチェックをしてから介護予防体操の「K体操」を結び付けて、改善していく方法を教えて下さいました。

10月16日(月) 「手品と腹話術」(25名の参加者)

お休み処初登場のお声が素敵なお女性でした。手品はセミプロ級の腕前でしたし、何と言っても、腹話術は、可愛いお人形さんを使つての本格的な演技でした。最後に一人ひとりに握手をさせて下さり、皆さんすっかり本物みたいなお人形さんのとりこになってしまいました。次回のお演をお願いしておきましたので、次は是非とも見に来て下さいね。

お休み処 **こんどころ**

強烈な夏が 終わりと 思ったら
急ぐ ストームが 吹く なる 秋の夜が
来たり... 秋は どの どの かしら と 心 配り したり...
急ぐ クラミ が 出たり... 首まわし 手こぎ 足こぎを
月夜 長く して 風邪 ほど び ません かに。
さて 次回は 久し振りに
浜田さんにお琴を お願い しました。
気持いい 日曜日 と 忘れ ぬ け たい と ひとりで
お楽しみ ください。

演奏会
お楽しみ ください。

とき・11月20日(月)
じかん・13:30
ばば(柳)西舞会所
かみひ・200円
(お茶代)

お問い合せ先
桜ヶ丘ハイソまちづくり協議会「お休み処」

吉川(64-0850)
高相(64-1103)

健康講座(9回目)

10月に引き続き 同い講師です。
前回とも 合同 長年 好評 でした ね!
普段から 高齢者 の 介護 予防 の 指導 や
リハビリ の 指導 を して 下さる ベテラン さん ぞう。
因みに 可見市 の 「K体操」 の 考案 者 さん ぞう。
今年 も 後 12月 に 行 います。 何 お 休 み 処 ぞう ぞう
身体 と 頭 の 訓練 と 頑 張 り ます ぞう!

11月3日 12月9日(月)
じかん 13:30~15:30
ばば 桜ヶ丘西舞会所
かみひ 200円

同い合せ先
桜ヶ丘ハイソまちづくり協議会 小澤 64-2175
お休み処 沢田 64-0274

今後の予定

11月6日(月) 「五平餅パーティー」です。(前月号でお知らせ済み)

健康講座を変更しました。

11月20日(月) お琴の演奏会です。(ちらしをご覧ください)

昨年はご都合がつかなくて出演して頂けず久しぶりの演奏会です。お楽しみに!

12月4日(月) 「健康講座」(8回目) (ちらしをご覧ください)

10月2日健康講座の第2回目です。講師は可見市の介護予防体操「K体操」を考案された方です。このところ、お休み処は男性の参加者が本当に少なくて残念です。出掛けることの大切さ、人と話しかけることの大切さが言われています。是非ともお出かけ下さい。

お問合せ先 小澤 電話 64-3175 又はお近くのスタッフまで

気候危機アクション「わたしの未来」に行ってきました

スウェーデンの環境活動家グレタ・トゥンベリさんが始めた「Friday For Future」未来のための金曜日(FFF)が世界に広がり、各国にFFFができました。このFFFなどの環境団体の9月17日に気候危機対策に各国が真剣に取り組むように求めるアクションを起こそうと呼びかけに呼応したアクション「わたしの未来」が、18日に東京の代々木公園で行われ8,000人(主催者発表)が参加。ニューヨークではマンハッタンで開催され、75,000人(主催者発表)が参加しました。



アクション「わたしの未来」は、11時からの音楽ライブから始まり、続いて原発問題、気候変動問題、隣接する社会問題をテーマにトークセッションが行われました。13時45分からPOW(Protect Our Winters)のオリジナルステージセッションが行われ、元フリースキー・スタイルスキーヤー小野塚彩那さん(2014年ソチオリンピックスキーハーフパイプで銅メダル獲得)、パラスノーボードダー市川貴仁さん(2022年北京パラリンピックスノーボードクロス5位)、元アルペンスキー選手・清澤恵美子さん(2007年冬季アジア大会ジャイアントスラロームで金メダル獲得)が順番に各国を転戦して、温暖化が進む中で、氷河が解けて消えている現実を目の当たりにした経験や、自然の雪がなく人工雪での競技体験など深刻な状況を選手を目線で語っておられました。最後に司会をしていたPOWのスタッフが私たちに訴えました。「私たちの呼びかけに敏感に反応して行動に立ち上がってくれる多くは、18歳や19歳の若者です。彼らは、彼らの未来に危機感を抱いているのです。しかし、私たち大人こそが、子や孫の未来に悲惨な状況を残さないように活動しなければならないのです。若者に任せっぱなしではいけないのです。皆さん頑張りましょう! 一人の人が100の事をやるより100人の人が一つの事をやる方が力になるのです。二つ二つを積み上げていきましょう。」

セッション終了後は、代々木公園から渋谷までパレードをしました。先頭にはトラックの上にステージを作って音楽ライブ、その後ろを歩いているのは、やはりプラカードを持った若者たち。若者たちからエネルギーをもらう一日でした。(経塚)



「ゼロカーボン」で地球沸騰化を止めて! ~今私たちに出来ること~ (2) 「ボトル to ボトル」リサイクル、やっていますか!?

…使用済みのペットボトルを原料にして、新しいペットボトルに再生し、何度も繰り返し活用していきます。桜ヶ丘地区センター北口に回収BOXがあります。可見市において、パローとサントリーと連携して脱炭素社会を目指す取り組みの一つです。

<ミライ部会から>

☆ ミライ部会では、奇数月に「定例部会」を開いています。今回は11月11日(土)18時00分~19時30分、桜ヶ丘地区センター2階会議室で行ないます。参加は自由です。

<櫻ヶ丘部会から>

☆ 櫻ヶ丘部会では、偶数月に「定例部会」を開いています。今回は12月9日(土)18時00分~19時30分、桜ヶ丘地区センター2階会議室で行ないます。参加は自由です。