

# みんなのて通信 vol.37



(多世代交流ひろば みんなのて) — R6・3発行 —

E-Mail somebodyshands@gmail.com (みんなのて 事務局)

HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/> (みんなのて)

## 【 『みんなのて』で子育てするまち 】

「ちっちゃなて」は、市内に10か所開設している子育て支援センターの一つで、平成30年度に「市民提案型協働事業」として鶴巻地区の皆さんの手によって誕生しました。以来5年以上、地域のボランティアさんの御協力により運営されています。

一方、見方を変えると「ちっちゃなて」は、「おっきなて」や「みんなの食堂」とともに「“多世代交流ひろば” みんなのて」の組織の一つとして位置づけられ、通常のサロン開室に加え、クラシックライブ、夏祭り、古着市やバザー、クリスマス会と、年中様々なイベントを恒例行事として開催しています。イベントは、“多世代



交流”と掲げるとおり、赤ちゃんからおじいちゃんおばあちゃんまで、クラシックライブでは地元中学生も加わり、毎回のように満員御礼の大賑わい。地元中学校の吹奏楽部の生徒さんとプロの演奏家との共演を間近で聴くことができるのは、来場者はもちろん、中学生にとっても貴重な経験になっているのではと感じます。

さて、「ちっちゃなて」を利用されている方はよくご存じのことと思いますが、「ちっちゃなて」の建物の中に入ると、部屋いっぱい飾りつけがされ、月ごとに替わります。これが楽しみで、月の初めは「今月はどんな飾りかな～」とウキウキしながら室内に入る方も多いのではないのでしょうか（私がその一人です）。「おっきなて」の利用者さんが「ちっちゃなて」のスタッフとして活躍していたり、室内の飾りつけに「おっきなて」の利用者さん作の飾りが飾られていたり、イベントでの交流の機会がない時期も、日ごろから「ちっちゃなて」にしながら随所に「おっきなて」の存在を身近に感じます。そして、そこにはいつも変わらない笑顔で迎えてくださるスタッフの皆さん。いつでも気軽に来られる温かい場所が、「ちっちゃなて」にはあります。

近年、核家族化が進み、周りに頼れる御親族がいない御家庭も多く、近隣との関係が希薄になりつつある時代に、「あったらいいな」と思えるつながりや手助けを地域の方々の手によって実現している鶴巻地区。「ちっちゃなて」の他にも、就園前の幼児を対象としたコミュニティ保育「ひかりのこ」が活動し、「みんなの食堂」に「学習支援教室」もあります。地域の中にたくさんの居場所があり、地域の『みんなのて』で子どもを育てていくこの環境が、子育て世帯の大きな支えとなっています。

子育て支援に携わってくださる皆さまに、感謝を申し上げます。

(秦野市こども健康部 子育て総務課 高橋)



## クラシック・ライブ！

早いもので、クラシック・ライブも今年で四回目となりました。

鶴巻地区におけるみんなの春の音楽祭です。

今回も、「百万人のクラシック・ライブ」のみなさまのご協力をいただきましてプロのバイオリニストさんとピアニストさんにお越しいただき、さらに今年も地元鶴巻中学校の吹奏楽部とのコラボレーションを、実施いたします。

開催は、4月13日(土)の午後2時より、鶴巻公民館の多目的ホールで行います。限定100名とさせていただきますが、3月いっぱいまではみんなのて会員さんの先行予約期間となります。会員券をお持ちでない一般の方のご予約は、4月以降とさせていただきますので、ご了承くださいませ。



祭

## 鶴巻温泉春まつりに参加します

ゴールデンウィークの初日となる4月29日(月)の昭和の日。

鶴巻温泉駅前広場にて実施される鶴巻温泉春まつりに、今年も出店させていただきます。さまざまな団体による野外ステージでの公演や、たくさんの露店、それに夕方には勇ましいたくさんのお神輿なども出て、とても賑やかなお祭りです。ぜひご家族そろって散歩がてらお出かけくださいませ。



## 古着市の準備が始まります

みなさんがとても楽しみにされている、年二回の「子ども服古着市」。

今年もまずは第一弾として、5月31日(金)と6月1日(土)に上部自治会館での開催を予定しています。

ちっちゃなての利用者さんからのリクエストもあり、今年からは古着に加えて絵本の販売コーナーも設置する予定です。

5月の連休明けより5月29日までの約1ヶ月間、みんなのてのサロン、および、ほっとワークつるまきにて、着られなくなった子ども服や、いらなくなった絵本(状態のよいもののみ)等を集めさせていただきますので、もしもご家庭で不要のものがありましたらどうぞ捨てずにお取り置きくださいませ。



## ボランティアスタッフを大募集中です

おっきなてと、ちっちゃなてでは、私達と一緒にサロンの中で働いてくれるボランティアスタッフさんを募集しております。

みんなの食堂☆つるまきでは、調理や食品配布のお手伝いなどで一緒に動いてくださるボランティアさんを募集しています。

興味ある方はスタッフにお声がけくださるか、0463(45)0534までお電話でお問い合わせください。



# ちっちゃんて



E-Mail little-hands@outlook.jp (ちっちゃんて 事務局)

HP [https:// www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate](https://www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate) (ちっちゃんて)

いよいよ今年も年度末。利用者みなさまにおかれましては、今年度も一年間、「ちっちゃんて」をご愛顧くださり、本当にありがとうございました。

令和6年度も引き続きサロンのご利用を予定されているみなさまへ、お知らせをさせていただきますので、ご確認ください。

## 【お子さんの年齢が1つあがります】



ちっちゃんてでは、サロン内での同級生を見つけやすくするため、お子さんの年齢を、お誕生日ごとではなく学年単位で数えています。4月からは年齢が1つあがることになるため、出席簿の記載欄や、お名前テープの色なども変更となります。ご注意ください。

## 【メルマガ登録の更新手続きについて】



毎月月末ごろに発信させていただいている、翌月のちっちゃんての活動予定をお知らせするメルマガにつきまして、配信を希望されたみなさまに登録いただいているメールアドレスが、3月末で一旦全解除となります。4月以降もご希望される方は、あらためてご登録いただくよう、お願いします。

お子さんが就園し、サロンを利用されなくなっても、メルマガ配信を受けることは可能です。イベントのご案内等もありますので、よろしかったらお手続きください。

なお、出席簿にあらかじめ記載しているお名前などもいったんリセットされますので、新年度もご希望される方は、メルマガ登録のときにその旨をお知らせくださいませ。

## 【ランチタイムについて】



今年度秋から再開し、みなさまからもたいへんご好評をいただいているランチタイムについてですが、部屋の広さや机の数等の関係で、同時に食事がとれるのが、状況に応じて4~6組までとなってしまいます。

場合によっては前後半で2回に分け、順番をお待ちいただくこともあるかもしれません。その際は、事前予約された方から順番にご案内させていただきますので、ご了承くださいませ。



ちっちゃんてを卒業されたあとも、みんなのてが続く限り会員証はずっと有効ですので、サロンや地域イベントなど、気が向いたらいつでもご参加くださいね。令和6年度も、ちっちゃんてをどうぞよろしく願いいたします。

# ちっちゃなて スケジュール

## 【4月】

月	火	水	木	金	土	日
1 (今日のお話 なあに?) ◎	2	3 ◎	4	5 ◎	6	7
8 ◎	9	10 ◎	11	12 ◎	13	14
15 ◎	16	17 ◎	18	19 ◎	20	21
22 (ミニミニ講座) ◎	23	24 ◎	25	26 ◎	27	28
29	30					

## 【5月】

月	火	水	木	金	土	日
		1 ◎	2	3	4	5
6 (今日のお話 なあに?) ◎	7	8 ◎	9	10 ◎	11	12
13 ◎	14	15 ◎	16	17 ◎	18	19
20 (ミニミニ講座) ◎	21	22 ◎	23	24 ◎	25	26
27 ◎	28	29 ◎	30 ◎	31 古着市		

### 【ミニミニ講座のご案内】

- 4月 ベビーマッサージ
- 5月 ハーブ



# みんなの食堂☆つるまき

E-Mail everyones.ldk@gmail.com (食堂☆つるまき 事務局)

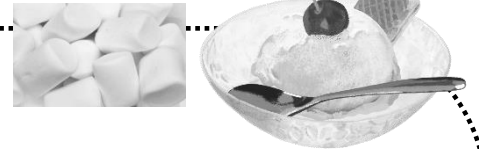
HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/syokudou> (食堂☆つるまき)

## 【アイスクリームの日ご存じですか？】



今年の冬は暖冬でしたが、3月に雪予想もあり、気温変化が激しく体調管理が難しいと感じておられる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？寒い時期には身体を温める食べ物が定番ですが、最近は暖かく乾燥した室内でアイスクリームが食べたくなることも多いですね。そこでふと〇〇記念日が気になりました。アイスクリーム記念日は5月9日です。乳製品を氷や雪で冷やして食べるという習慣は紀元前からあったようですが、明治2(1869)年5月9日に日本で初めてアイスクリームが製造販売されたことを記念した日で、昭和39(1964)年に日本アイスクリーム協会の前身である東京アイスクリーム協会が定めたそうです。他にもアイスクリームにまつわる記念日は、8月5日：パピコの日、8月10日：ハーゲンダッツの日、10月10日：やわもちアイスの日、11月18日：雪見だいふくの日など、色々あります。

## 簡単手作り食べ比べアイスレシピ



### マシュマロアイス

調理時間：5分+冷凍庫2時間、材料費：100円

1人分栄養価：エネルギー79kcal、たんぱく質1.8g、塩分0.1g

材料(2人分)	分量(g)
マシュマロ	30
牛乳	100

- ① マシュマロと牛乳を耐熱容器に入れ、600Wで1分加熱する。
- ② マシュマロが溶けたら、泡だて器でよく混ぜる。
- ③ 粗熱をとってから、冷凍庫で2時間冷やす。

### 簡単手作りアイスクリーム

調理時間：15分+冷凍庫2時間、材料費：236円

1人分栄養価：エネルギー95kcal、たんぱく質1.9g、塩分0.1g

材料(10人分)	分量(g)	目安
卵	120	2個
生クリーム	150	150cc
砂糖またはグラニュー糖	50	大匙5.5杯、 グラニュー糖：大匙4.5杯

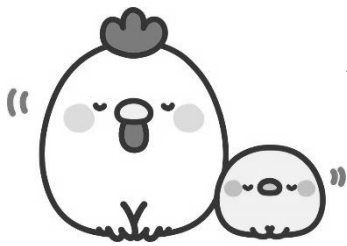
- ① ボールを3つ用意する。卵は卵黄・卵白に分ける。
- ② ボール1は、卵白+砂糖、2は生クリーム+砂糖、3は卵黄+砂糖を入れる
- ③ ハンドミキサーで卵白を角が立つまで泡立て、次に生クリームを角が立つまで、さらに卵黄を白っぽくなるまで泡立てる。

- ④ ③の生クリームのボールに卵黄を入れ混ぜ合わせ、卵白を加えゴムベラで混ぜる。
- ⑤ タッパーなどに移して冷凍庫で凍らせる

## 栄養士の知恵袋

簡単で素朴な手作りアイスです。マシュマロを利用すると面倒な材料の準備・計量が不要でアイスクリン風の仕上がりに。面倒な洗い物も手順を工夫すれば減らせます。上記③④の順番通りに作れば泡立て器は都度洗わなくてOK、凍らせる過程で途中のかき混ぜ省略OKです。

文責：東葛クリニック病院/松戸市在宅医療・介護連携支援センター 管理栄養士 高崎美幸



ありがとう  
ございます

ご協力いただいた方々のご紹介です。

- 1月・・・ NPO 法人 四十八瀬川自然村 布巾・銀杏  
くずは台自治会 お茶  
フードバンク TAMA 配布用食品  
／ 報徳食品支援センター
- 2月・・・ フードバンク TAMA 配布用食品  
／ 報徳食品支援センター



予約申し込み先

<https://www.secure-cloud.jp/sf/1678949006JwCowkls>



お問合せ先



HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/syokudou>  
E-Mail [everyones.ldk@gmail.com](mailto:everyones.ldk@gmail.com)  
TEL 0463(45)0534

活動予定

※ 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況によっては、突然の活動中止もありえますので、ご承知おきください。

【4月】

	食品配布	食堂
食品提供品収集日	4/8(月)・午前 (ほっとワークつるまき)	
実施日	4/10(水)	4/21(日)
申込受付期間	4/1(月)~4/5(金)	4/15(月)~4/19(金)

【5月】

	食品配布	食堂
食品提供品収集日	なし	
実施日	5/8(水)	5/19(日)
申込受付期間	4/29(月)~5/3(金)	5/13(月)~5/17(金)

## サロン保険について

おっきなては、秦野市社会福祉協議会のサロン団体に登録しているため、サロン保険というものが適用されています。

サロン活動中の事故や、ご自宅からサロン会場へ向かう往復途上の事故につきまして、死亡・入院・通院などがその保障対象となります。

あくまでも傷害保険であり、物損などの相手への損害補償や、病気保障については対象外となりますので、ご注意ください。

保険受取金の申請書類については、スタッフまで申し出てください。



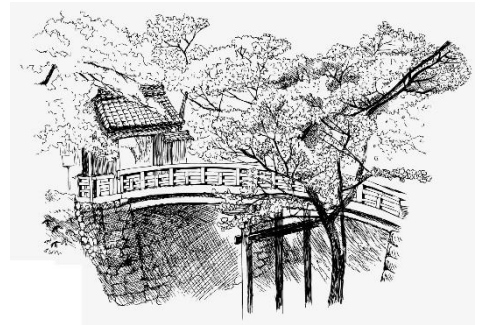
## みんなのてご利用回数券

近頃、新しくサロンをご利用いただくようになった方が増えてきましたので、再度ご案内させていただきます。

おっきなてサロンでは、ご利用1回毎に100円のご負担をお願いしていますが、回数券をご利用いただくと、1000円で11回ご利用することができるシステムとなっています。

お友達にプレゼントするもよし、ご家族と一緒に使われるのもよし。

購入をご希望される方は、スタッフまで申し出てください。



高遠城址公園桜

## ~サロンでこんなことをしたよ~

### 「エンディングノート」

少し前の、1月のプログラムでのお話なのですが、今回も鶴巻地域高齢者支援センターの職員さんにお越しいただいて、エンディングノートについて教えてもらいました。

去年は「書き方」が主なテーマだったのですが、今年は「どうしても必要なのか」というところから入っていただき、すごくわかりやすかったです。

テキストとは別に、職員さんお手製の「ライフライン一覧表」という冊子までご用意いただき、これがまた使う側にたった素晴らしさで、簡単便利そしてわかりやすい!!

たかが葬式。されど葬式。

「お葬式」は直葬・家族葬・一般葬の大枠だけではなく、細かく見ていけば、実に選択の幅がとてつもなく広いのだと、そんなことも学びました。これを受け、続編として(?)お葬式について、専門家をお呼びして学ぶことになりました。

# おっきなて メインプログラムご案内

ご参加の際には、所定のご利用料がかかります。

※ サロンの休止が決まった場合、ご予約の方には個別連絡いたします。

プログラムは予約優先の定員制となります。  
ご予約のお申し込みは、サロンまたはおっきなて事務局まで、電話またはFAX(45-0534)にてご連絡ください。

## 【4月】

日時	火曜日
2 10時/11時	気功
9 10時	大人のぬりえ
16 10時	食品衛生
23 10時/11時	みんなで身体を動かそう！
30 10時	シニアのためのスマホ講座

日時	木曜日
4 10時/13時	「歌」で遊ぼう
11 10時/13時	シニア健康体操
18 10時	お花見団子
25 10時/13時	大人のドリル

## 【5月】

日時	火曜日
7 10時/11時	秦野地方における部族の歴史
14 10時/11時	葬儀式典について学ぼう
21 10時	熱中症予防
28 10時/11時	みんなで身体を動かそう！

日時	木曜日
9 10時/13時	漫談を楽しもう
16 10時/11時	コグニサイズ
23 10時/13時	大人のドリル
30	休み

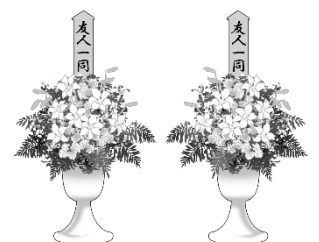
● パブリックドメイン(著作権切れ)映画を見よう

16	13時	「風と共に去りぬ」上映会
----	-----	--------------

※ 日時のところで、開始時間が2つ表記されているものは、どちらも同じ内容のプログラムとなります。

ご参加の際は、どちらか一つを選んでお申し込みください。

※ 映画上映会の日、午前中から続けてご利用いただく方は、サロン内で昼食をおとりいただけます。





## みんなのてイベントのご案内

クラシック・ライブ  
4月13日(土)



鶴巻温泉春まつり  
4月29日(月)(祝)



### ◆ 編集後記 ◆

個人的な話になりますが、おっきなての運営を任されるようになって2年が経ちました。

プログラムの内容を構築するにあたって、70代～80代の利用者さんたちの青春期である、なつかしい昭和モノを意識するにはしていますが、私もまた同じ昭和の後半の世代。音楽プログラムなどで、昭和歌謡というキーワードで楽曲を探しているうちに、いつの間にか、御三家ではなく新御三家、三人娘ではなく花の中三トリオの動画に夢中になっている自分がいます。

これから約20年後、私たちがおっきなての利用者になるころには、松田聖子や中森明菜、旧ジャニーズの面々が懐かしい昭和歌謡の中心となり、シニア向け音楽体操としてピンクレディーが流れ、イントロを聞くだけでぎこちなくも自然と体が動きだすのかなと。

そんなことを想像しては、ひとりほくそ笑んでいます。

同じ時代に青春を過ごしてきた仲間と集えるのは、とても楽しいこと。

平成世代である若いママたちには、ピンとこない話題でゴメンナサイ(笑)

さて、つい先日の話になりますが。

漫画家の鳥山明氏と、声優のTARAKO氏が相次いで亡くなりました。

私たちの世代にとっては、十代の多感な時期に、子ども達の社会に大きな影響を与えてくれたお二人。40年以上もずっと第一線で活躍されていて、とても身近な存在だっただけに、大きな喪失感はぬぐい切れません。

35年ほど前に美空ひばりさんが亡くなったときには、ワイドショーなどで葬儀に参列するためにわざわざ東京まで出てきた地方の一般人のおばさまたちを見て、「騒ぎすぎだよー」「大げさだよー」なんて思ったものですが、今ならその人たちの気持ちがなんとなくわかる!!(笑)

大事な人を亡くす、というだけではなく、どこかで自分の青春時代との決別も感じ取ってしまうから、なんだろうな、と。

そんなことをつらつら思いつつ、鳥山明氏の絵を眺めています。(文責：渡部)



小さい頃から、赤ちゃんが私の顔を見てにっこり笑ってくれるのが自慢で、可愛い子どもたちとかかわれる保育士を志し、40年近く保育園とこども園に勤めました。

当時は、子どもと仲良くなるために夢中で遊び、ままごとでは、2歳児のママ役のもとで、ヨチヨチ歩きの赤ちゃん役になりきり、追いかけては本気で走って遊びました。真剣に遊ぶと、意外な子どもの姿に出会うのでとても面白いです。

2歳児のイヤイヤ期の対応は、新採用の私にとって大きな壁でした。あの手この手と試みますが、子どもの心は動きません。先輩保育士が、「嫌だったね」「大丈夫よ」と、子どもを抱きしめた途端かんしゃくは収まります。発達の道すじを心得た、子どもの感情に寄り添ったベテラン保育者の神業にびっくりです。新採用の頃は、色々試しては失敗しましたが、子どもの気持ちを分かろうとする姿勢が、とても大事なことだと学びました。子どもたちは私の先生です。



先日、市役所でイヤイヤ期真っ盛りのお子さんが、「恐竜の絵本をもっと見たい」と、火が付いたように泣いていました。自分の思いを通そうと力いっぱい泣いて抵抗する姿がいじらしく、成長しようともがいている様子が伝わり愛おしくなりました。私は元保育者なので、今のうちに思いきり気持ちをだしていいのよと応援したい気持ちになりますが、毎日イヤイヤ期に付き合っている保護者の方は、本当に辛いだろうなと思います。

子育てが大変な時期に、実家のように気兼ねなく通える交流広場「ちっちゃなて」が身近にあるのは有難いですね。家族の他に子どもを可愛がってくれる人や仲間がいるのは心強いです。

話を親身になって聞いてくれる人がいるだけで心も軽くなります。「子どもは社会の宝」嬉しいことや楽しいことも共有して、子育ての大変な時期を、地域の方と一緒に皆で乗り切ってほしいと思います。ひとりで頑張らなくていいのですよ。可能性を秘めた子どもたちへ、そして子育て中のママたちへ心からエールを送ります。



多世代交流ひろば「みんなのて」は、鶴巻地区住んでよかったまちづくり協議会（宮川邦生会長）の居場所づくりプロジェクト事業のひとつです。