

秋号

くがはら

vol.140 • since 1990

発行：地域力推進久が原地区委員会
編集：地域情報紙「くがはら」編集委員会
事務局：大田区久が原特別出張所
〒146-0085 大田区久が原4-12-10
TEL (3752) 4271 FAX (3752) 4514

久が原地区管内

<人口>	<世帯数>
男 14,180人	14,240世帯
女 15,087人	
計 29,267人	令和7年9月1日現在

都大会にも進出した 東寿会 輪投げサークル

7月初旬、猛暑の続いている中、特別出張所の集会室で活動している輪投げサークルの練習におじゃましました。

午後1時、次々と部員が集まり、テーブルや椅子の移動、輪投げ台やリング、ライン、点数表の準備を無駄なく進めていきます。そろったところで練習開始、5m離れたラインから9個の輪を投げ、点数を競います。輪が入ったところに書かれた数字が点数になり、縦、横、斜めに1列



に並べば1列ごとに15点、全ての棒に輪が入れば300点となります。仲台をよく見ると、縦、横、斜めの数字の合計が15になるようになっています。5m離れたところから投げるのは結構難しく、点が入ると拍手、歓声がわきます。



90歳過ぎても高得点

暑くても涼しいところへ来て輪を投げる、自分で投げた輪を拾う、点数を数えるなど、リハビリや頭の体操にもなります。仲間とおしゃべりしたり、応援したりされたり、本当に楽しそうです。創部以来20数年続けている方は、やはり高得点が入りますが、そうでなくても点が入り、拍手をもらって嬉しく楽しいと、3回目参加の方の言葉です。

杖をついて来た方も、ここはフラットで危なくないからと、イキイキとしています。家に見ても、テレビを見てお菓子を食べる時間を過ごすことを考えると、来るまでが



過去には、大田区大会2位の成績で城南地区大会、都大会に進出し、東老連軽スポーツ敢闘賞を受けたこともある歴史あるサークルです。現在部員17名、経験も年齢もさまざまですが、9月の大会に向けて練習に熱が入っています。

(本間 良子)



明るく、楽しく、元気な皆様

平和について考える修学旅行

大森十中卒業生 有澤 星恋

大森十中は昨年度から、修学旅行先を京都・奈良から長崎へと変更しました。「飛行機を利用した修学旅行は大田区立の中学校としては初の試みである」と校長先生からお話があったことを覚えています。

長崎の歴史や文化に触れ、平和学習を通して平和について考えることを目的のひとつとして、羽田空港から旅が始まりました。手荷物検査、搭乗もスムーズで機内では皆ゆったりと空の旅を

楽しんでいました。

長崎空港到着後は、バスガイドさんの案内で平和記念像、爆心地を見学、原爆資料館では戦争について改めて考えさせられる貴重な講話を聴くことができました。

2日目は班別行動でグラバー園や大浦天主堂、出島へ。道に迷い困っていた時、現地の方の優しさに何度も助けていただきました。

最終日は世界文化遺産の軍艦島へ。



私の学年の大切な行事はなぜか雨ばかり。卒業式もそうでした。島への船が欠航するのではと不安もありましたが、奇跡的に天候に恵まれ、無事島へ上陸でき良かったです。美味しい郷土料理に美しい夜景、仲間と過ごす最高の3日間となりました。



持っていますか？ マイ消火器



令和6年中、東京消防庁管内では、4,518 件の火災が発生しました。
火災による死者の7割は高齢者となっており、主な出火原因は、「たばこ・ストーブ・こんろ・電気コード」となっています。
日ごろから火災への意識を高め、高齢者ご自身・家族や周りの人は、特に火災への注意が必要です。
火災による被害を軽減させるためには、住宅用火災警報器と消火器が大変有効です。そのためにもマイ消火器をそなえましょう。

効果

火災を知らせる警報器が設置されている場合は、
死者数が4分の1
以下に抑えられています。

効果

万が一、火災が発生しても、
消火器具を使用した場合は、
約8割が被害軽減
につながっています。



また、火事を見つけた場合は、大きな声で「火事だ!」と周りに知らせるとともに、**初期消火**を行うことで被害を軽減させることができます。

☆東京消防庁ホームページでも訓練を学べます。

震災時は、同時に多くの火災や家屋倒壊が発生し、消防隊や消防団だけでは対応しきれません。そのため、**近隣住民が協力しての初期消火**がかかせません。

今後も、ぜひ防火防災訓練への積極的な参加をお願いします。

☆大田区防災ポータルでも訓練を学べます。



東京消防庁



大田区防災



久が原の自然シリーズ ⑬ 棕櫚 (シユロ)

シユロの木は、南国風の庭木として人気があるヤシ科の常緑高木です。その特徴は、
① 成長が速く成長点が先端にしかないので幹の途中に枝がない
② 幹は丈夫な繊維質の毛で覆われている
③ 水分を多く含み、重くて硬く、まっすぐ伸びる
などがあります。

このような特徴から、幹を覆う毛は縄やタワシ、箒、敷物など広く利用され、さらに硬くて真っ直ぐな幹はお寺の鐘の撞木や太鼓の撥にも使われるそうです。

鑑賞用の鉢から庭に植え替えて50年余り、わが家のシユロもいつの間にか見上げるほどに成長して、葉も花も実も見ることが絶えてなくなりました。見上げると「こんなに役に立つ木なんだぞ」と言っているような気がします。

花言葉は「勝利」「不変の友情」、葉と実は薬用効果があるとか、まだまだ知らないことがたくさんありそうな木ですね。

(星合典子)



イベント情報

- ◆久が原南自治会 クラブまつり
【開催日】11月30日(日) 9時～
【場 所】久が原南台公園
- ◆ヒルズ久が原自治会 イルミネーション点灯式&歳末たすけあい運動
【開催日】12月6日(土)
【場 所】ヒルズ久が原管理棟
- ◆久が原東自治会 年末夜警
【開催日】12月25日(木)～30日(火)18時～
【場 所】久が原東自治会管内
- ◆久が原西自治会 市民消防隊 年末警備
【開催日】12月26日(金)～30日(火)
【場 所】久が原西自治会管内
- ◆ヒルズ久が原自治会 年末警備
【開催日】12月28日(日)～31日(水)
【場 所】ヒルズ久が原管内
- ◆久が原南自治会 年末警備
【開催日】12月28日(日)～30日(火)
【場 所】久が原南自治会管内
- ◆道々橋自治会 年末警備
【開催日】12月28日(日)～30日(火)
【場 所】道々橋自治会管内
- ◆久が原東部八幡神社 除夜祭
【開催日】12月31日(水) 23時45分～
【場 所】久が原東部八幡神社
- ◆久が原西部八幡神社 除夜祭
【開催日】12月31日(水) 23時～
【場 所】久が原西部八幡神社
- ◆道々橋八幡神社 除夜祭
【開催日】12月31日(水) 23時～
【場 所】道々橋八幡神社

《問い合わせ先》久が原特別出張所
03-3752-4271

【編集後記】

久が原地区自治会の主催で8月13日から3日間、「久が原会館の夏休み」が開かれました。茶道、工作、久が原の歴史を学ぶ、自習室等、涼しいなか楽しみました。10月にはふれあい久が原大運動会があります。皆さん奮ってご参加ください。

大竹 恵美子

シニアクラブで“生きがい”を見つけよう！

大田区シニアクラブ連合会長 飯田 幸男

ご存知ですか？久が原地域には、久が原東寿会（東自治会）、喜楽会（西自治会）、久が原シニアクラブ（南自治会）、道々橋寿会（道々橋自治会）、ヒルズ

久が原シニアの会（ヒルズ自治会）の5つのシニアクラブがあり、おおむね60歳から90歳代の407名の皆さまが会員になっています。

各クラブごとに、輪投げ・グランドゴルフなどの健康を進める活動、踊り・民謡・コーラス・囲碁・将棋・文芸などの生きがいを高める活動や地域清掃・地域ボランティアなどの社会奉仕活動などのサークルを通して、地域に根ざした生きがいを支援してます。

また、久が原地域シニアクラブの交流を図る「日帰りバス旅行」や「演芸大会」も実施してます。調布地域演芸大会が10月23日に池上会館で開催されます。

「人生100年時代」を生きるには、シニアクラブの指針である

明るく、楽しく、元気よく、そして笑顔で毎日過ごすことです。

ぜひ、地元のシニアクラブに入会し、「生涯現役」を目指して、笑顔あふれる活動を一緒にしましょう！

【問い合わせ先】久が原特別出張所
03-3752-4271



久が原シニアクラブ コーラス



道々橋寿会 踊り



久が原東寿会 手話ダンス