

# 平山台だより

平成 21 年 12 月 1 日発行 第 1 号  
平山台のコミュニティ新聞をめざします  
発行：日野団塊世代広場、協力：平山台交流の会  
<http://www.dsedai.com/> FAX: 843-8925

## 平山台わいわいミニフェスタ2009

10/25 日開催され、  
100 人余りが集う

平山台交流の会を中心に、平山台文化スポーツクラブ、NPO 法人やまぼうし、日野団塊世代広場が協力して開催しました。

生憎の雨で、子供達の一番の楽しみ「芋ほり会」は中止でしたが、「花野美佳フルート演奏会」、「Swing しようぜ！ナツメロ世代」など音楽演奏を始め、「子ども陶芸」等の作品展示、「有機・新鮮野菜直売」、シポジム「平山台高齢化の困りごと考えよう会」等に参加者が集まりました。

演奏に合わせてダンスを楽しむ人達も出る盛り上がり



子ども陶芸、ねんど作品、染織、アイヌ織の作品が展示された



花野美佳フルート演奏会 カフェやまぼうし会場で開催



E-MUSIC(イーミュージ)のハワイアン演奏 音楽室で



平山台高齢化の困りごと考えよう会の発表の様子



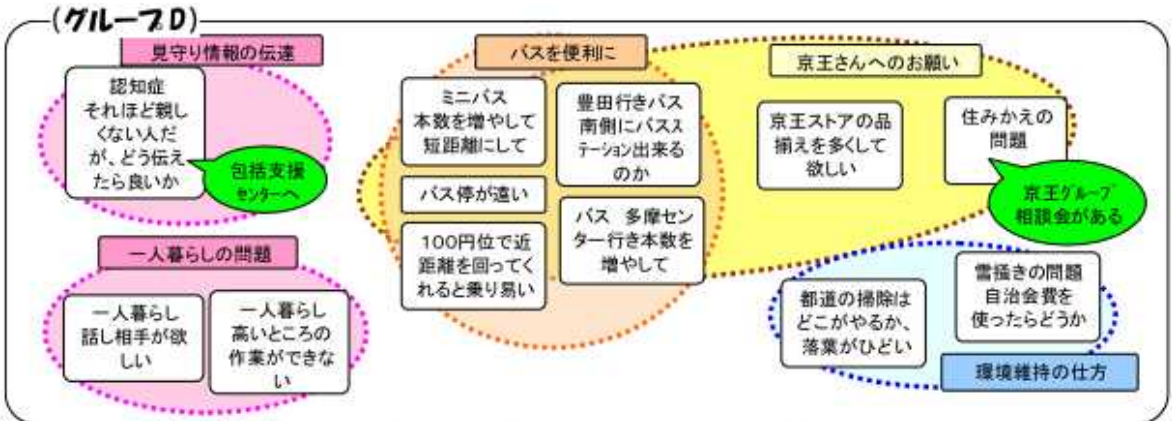
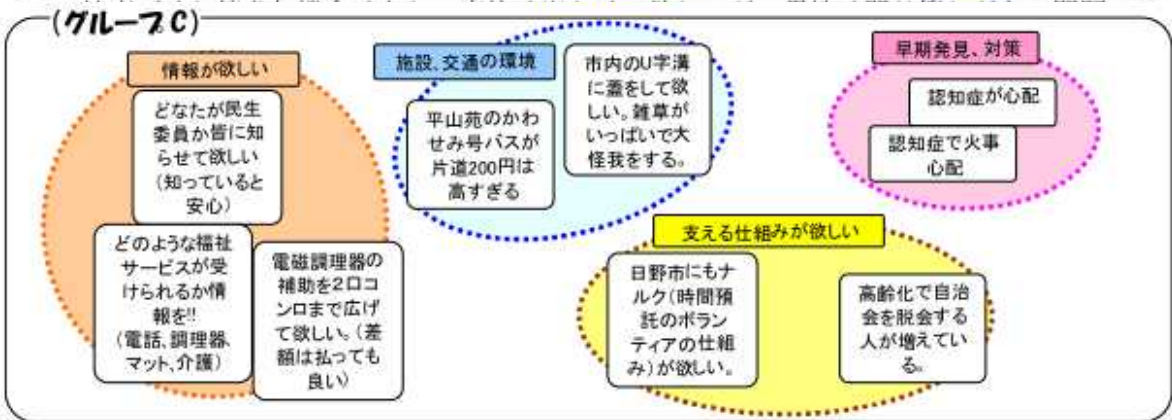
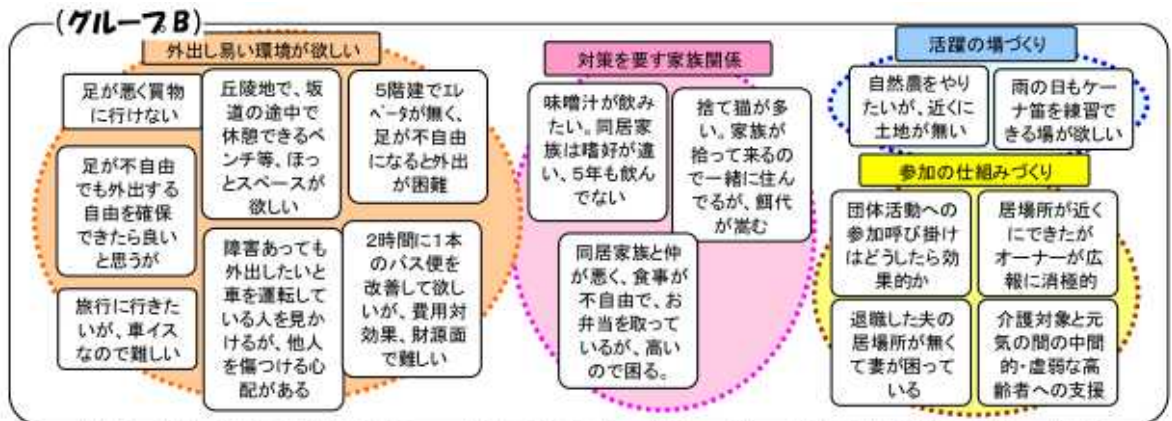
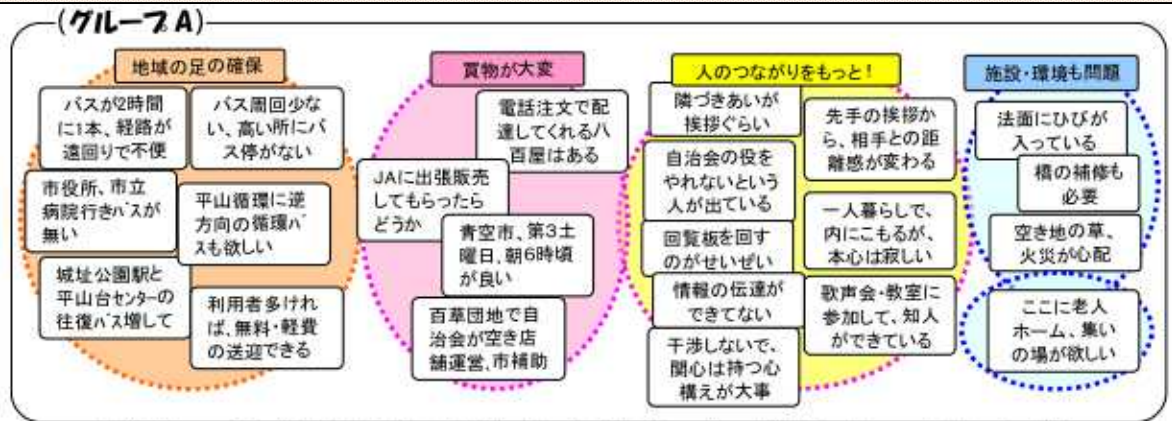
「考えよう会」の発表内容は、次ページに掲載。

防災展示とともに行われた「防災ご飯と汁の炊き出し・試食」ではとても「美味しい」と喜びの声が上がっていました。

### 《発行にあたって》

この『平山台だより』は、平山台地区の皆さんの住みよく楽しい“平山台ライフ”のお役に立てる話題を拾い、お知らせするものです。皆さんからの話題投稿やご意見をお待ちしています。

シンポジウム「平山台高齢化の困りごと考えよう会」では、次のようなお困りごとが話されました。



【平山台の話】 11月8日「平山台高齢化問題検討会」が開催され、その中で「平山 高齢社会への提案」「向こう三軒両隣を気にする町」の復活へが提案されました。

会議では、1.見守りネットの構築、2.町の活性化を図る、3.日野市防災高齢者支援計画の説明があり、平山3丁目自治会の先進的取り組み等が紹介され、進めるための意見交換が行われました。

## 【日野団塊世代広場からのお知らせ】

### (1) 太極拳で健康になろう

太極拳（楊名時八段錦）中国数千年の歴史の中で受け継がれてきた気功の中でも、最も完成度の高い、すぐれた気功、健康法です。

太極拳をやっていると心が落ち着き、体も柔らかく軽くなり、心身ともに楽しくなります。

意識して腹式呼吸を行うので、週1回のレッスンと自宅での毎日短時間の復習で、お腹周りが引き締まり、ぽっこりお腹や腰痛の予防など、よい健康・美容効果も期待できます。



\*\*\*\*\*

八段錦は、一つ一つが独立している、八つの動きから成っていますから、学びやすく、覚えやすいという特長があります。

誰にでもできる健康法として、太極拳を始めませんか。まず見学や体験という方も歓迎します。

\*\*\*\*\*

場所 平山台健康・市民支援センター

(旧平山台小学校)

日時 毎週 火曜日 午前10時～11時30分

受講料 1回 500円

服装等 動きやすい服装で。タオル持参。

連絡先 日野団塊世代広場 fax 042-843-8925

講師 竹田 問合せ 050-7545-0424 (原)

\*\*\*\*\*

### (2) 初心者向けの“染織講座”のご案内

どなたでもその日から始められる簡単な道具を使って織物や染物を楽しむ講座です。

楽しい手仕事のひと時をご一緒しませんか。

今年始められた  
生徒さんの作品  
です。



\*\*\*\*\*

場所 平山台健康・市民支援センター

(旧平山台小学校)

日時 年数回、広報などで募集

受講料 1ヶ月2回で 3,500円

他に教材等実費

定員 10名 先着順

講師 新井、丸山

連絡先 日野団塊世代広場 fax 042-843-8925

問合せ TEL 042-592-3907 (丸山)

\*\*\*\*\*

### (3) パソコン自習室を開いています インターネット・カフェのようにお気軽にご利用ください

毎週 火曜日、木曜日 10時～16時に

「団塊広場事務所」にオープンします

パソコン デスクトップPC、ノートPCあります

インターネット Web検索を利用できます

\*\*\*\*\*

プリンター、スキャナーも利用できます

初心者など、パソコンで分からないことがあれば、Q&Aで、お答えします。

料金 1時間100円、プリンター利用は実費

\*\*\*\*\*

### (4) 百草山の緑地管理に取り組んでいます 参加者募集中

日野団塊世代広場では、日野市が百草地区に所有している雑木林の一部をボランティア活動の一環として保全・活用する取り組みを始めました。

活動日：原則月2回（第2日曜日、第4土曜日）

活動時間：午前9時～午後3時の間

活動場所：(仮称)百草山緑地（日野市所有地）

【問合せ先】木戸 080-1063-2708

【活動内容】

(1)現況の調査

(2)保全、活用の計画作成

(3)雑木林の保全管理（下草刈、萌芽更新、雑木林育成、作業道づくりなど）

(4)腐葉土づくり

(5)観察会、勉強会

(6)地域住民との交流

【平山台交流の会からのお知らせ】

(1)平山台交流の会の活動について

平山台交流の会は平山一・二・三丁目自治会が中心になって、平成20年に組織したボランティアグループです。平山台健康・市民支援センターを中心に、地域交流活動を行っています。今年はこの3つのことを中心に活動をしています。

- センターの畑・花壇を利用した交流活動
- 音楽会・芋ほり会等のイベント企画
- 町の高齢化問題の対処の検討会

センターを利用して、「明るい町づくり」のお手伝いをしよう という活動です。

センターの花壇は会員が世話をし、気持ちよくセンターにきていただくように努力しています。また、センターの畑でジャガイモ・サツマイモ・サトイモ等を作り、夏と秋には子ども達に掘ってもらい、近隣の方々と交流を深めました。



(2)平山台交流の会 会員募集 多くの皆様の参加を！

現在、平山台交流の会の会員は40名です。合言葉は「出来る範囲で、楽しく、ポチポチと」です。誰でも参加できます。会費は不要です。

気楽にご参加ください。  
連絡 : 090-7704-2601 伊藤

Mail: [su.hirayama@gmail.com](mailto:su.hirayama@gmail.com)

〒191-0043 日野市平山2-14-3

みんなの掲示板  
コーナー

このコーナーには、誰でも掲載できます。公序良俗に触れる内容は掲載できません。次の項目は明記してください。  
呼びかけ内容、参加者の条件等、集合等の日時、場所、参加費用、責任者名、連絡先電話等  
掲載依頼の送付先: FAX: 042-843-8925

「自分史」,「平山台の思い出」を著そう・・・ アルバム風、エッセー風など	
目的	自身の「セカンドステージ」を考えるきっかけとして「自分史」を著したい。
内容	イメージをまとめるため、参加者が交代で話し、その録音から文章を起こす。撮り溜めた写真で、アルバム風に作る。書き方ガイダンス、PC使い方(写真、声の入れ方、HP)相談に応じます。
日時等	毎週1回開催 2時間程度。出欠自由。6ヵ月後に本にする目標で。
条件等	誰でも参加できます。 参加費 1回500円(機器使用料含)
連絡先	: 090-8810-7206 佐藤
ひと言)一緒に「平山台の思い出」冊子も作りましょう。	

一緒に茶道を体験してみませんか？	
概要	平山城址公園駅前の交流センター季重館の和室で、体験会を企画しています
条件等	希望者が5人いれば開催します
連絡先	: 042-843-8723
ひと言)表千家流の先生に手ほどきをお願いします。開催日は希望者の都合を伺って決めます。	

パソコン自習室の協力者を募集します	
概要	団塊広場事務所でパソコン自習室をやっています。一緒に出来る方いませんか。
条件等	パソコンできる方。火、木で、時間相談
連絡先	: 090-8810-7206 佐藤
ひと言) 無償ボランティアですが、広場のパソコン、インターネットが利用できます。時々アルバイト仕事あり。	