

枚方校区だより
ふれあい 第87号
枚方校区コミュニティ協議会 広報部 2022年(令和4年)2月発行
<https://www.hirakata-koku-dayori.com/>

第3回 歴史散策
河内西国三十三か所 観世音めぐり (全8回)



別格札所 釈尊寺：浄土宗 知恩院の末寺

の二期桜、無人の冬野菜販売所などを見て通る。第25番札所「金龍寺」釈尊寺の別院。徳川家康の位牌が残る。60kgの力石も有名。「春日神社」春日大社より御神霊を勧請。津田にはあと2社ある。境内の百度石には

令和3年11月29日(月)快晴枚方校区元気づくり主催の河内西国三十三か所観世音めぐりに参加した。午前8時30分枚方公園駅に、参加者33人が集合。コロナ感染で一年間行事がなかったせい話が弾む。郡津駅では「枚方観光ボランティアガイド」の4人の方達に迎えられ、4班編成で出発。交野幼稚園を右手に新天野川橋を渡る。住宅地を歩く途中、今見ごろ

黒く残った足跡が目に入る。伝説彦星と織姫の逢合橋を渡り11時10分交野市駅に到着。約8kmの行程を皆さまお疲れ様でした。(室田 二郎)

うたごえサロン **再開** しました いきいきサロン

約一年ぶりにうたごえサロンを開催することができました。これからも皆さまが楽しんでいただけるような企画を立てていきます。

血压測定 (関西医大看護学部)

毎日とりたい10食品群
元気なからだを保つためには、しっかり・いろいろ食べることが大切！
特に、肉や魚、卵、牛乳といったタンパク質はからだの筋肉や骨を作る材料になります。栄養不足は筋肉の低下だけでなく、認知症を招くことも・・・
「10食品群チェックシート」を活用し、バランスのよい食事を心がけましょう。

みどりのワンポイントコーナー

日付	さかな	あぶら	にく	牛乳乳製品	やさい	海藻	いも	たまご	大豆製品	くだもの	〇の数(点)
例	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	7点
1日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
2日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
3日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
4日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
5日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
6日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点
7日目	魚	卵	肉	牛乳	野菜	海藻	いも	たまご	大豆	くだもの	点

「さあにぎやかにいたく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取多様性スコアを構成する10の食品群の頭文字をとったもので、ロコモチャレンジ1推進協議会が考案した合言葉です。なお、このチェックシートは、東京都健康長寿医療センターとILSI Japanの共同研究の成果物を基に作成されました。

*1日のうち、1回でも食べた食品に〇をつけましょう。
1日の〇の数は、9個以上を目指しましょう。
*病気等により、食事制限のある場合はかかりつけ医の指示に従ってください。
枚方市地域包括支援センターみどり

「クイズラリーの答え」

Q1:A 文徳天皇
Q2:B 平成元年
Q3:C 算額
Q4:C 215坪
Q5:B 守口
Q6:A 三十石舟

これからもよろしくお願ひします!!

今田雅博さん
伊加賀北町の今田雅博さん。平成二十二年春に自治会長を引き受けたのをきっかけに、見守り隊活動を始められました。
枚方公園駅から枚方小学校に向けて坂をまっすぐ上った三差路で、毎日子ども達の登校を見守ってくださっています。道路に落ちているゴミを拾いながら坂を上っていく姿も見かけます(大谷選手みだいですね)。
見守り隊活動の感想をお尋ねすると、「坂を上って登校(登城)してくる児童(武士)の列を迎えながら『おはよう』の挨拶を交わすのが一日の始まりとなって、おかげさまで規則正しい日々が送れています。感謝するのは私のほうですわ」とのお答えでした。

われら見守り隊!
子どもの安全を見守って下さっている方を紹介します

自主防災会

この度、枚方校区自主防災会は、枚方市の地域づくりデザイン事業に「みんなで築く安心のまちづくり」という企画を出し、補助金を受けられることができました。校区住民が救急救命講習を気軽に何度でも受けられるように、心肺蘇生人形と訓練用AEDを数セット購入しました。

12月4日(土)に人形のお披露目も兼ねて、自主防災会定例会で救命講習を実施しました。受講者は自治会長と防災リーダーの皆さんです。人が倒れているのを発見してから救急車が到着するまでに、その場にいる人ができることをお伝えしました。



約1時間の講習でしたが、皆さんとても真剣に聴いてくださり、全員が人形を使って胸骨圧迫の実技を行いました。質疑応答でもたくさん質問や意見が出て、たいへん有意義な講習になったと思います。

これをきっかけに、自治会や老人会、PTAなどを対象にど



校區自主防災会事務局 村田 美恵子



お伺いしますので、どうぞお気軽にご相談ください。



ほとんど講習をしていきたいと思います。日程さえ合えばどこにでもお伺いしますので、どうぞお気軽にご相談ください。

まなびやっうしん 枚方幼稚園



どんぐりごはんの出来上がり!

地域の皆様方には、日頃より本園の教育活動にご理解とご支援を賜り、ありがとうございます。9月末に緊急事態宣言が解除され、ようやく参観や遠足、幼児教育教室などの行事や活動ができるようになりました。11月の保育参観では、幼稚園で楽しんで遊ぶ日頃の姿をみていただいたり、秋の自然物や様々な素材を用いて一つひとつ一生懸命作った品物での『お店っこ』や遠足に行った経験から友達と相談して作り上げた『ほしくみひらば』にお家の人を招待して遊ぶことを楽しんでいたりして、笑顔いっぱいひときわ楽しそうに遊んでいました。



お母さんもファンタジークルーズに乗ってユ〜ラユ〜ラ

今後も感染症対策を講じながら、子どもたちが充実した毎日をお過ごしできるように、楽しい遊びの環境づくりに努め、遊びの中で「主体性」「自己肯定感」「友達と関わる力」を大切に育み、小学校へつないでいきたいと思います。



いらっしやいませ〜 ケーキをどうぞ!

グランオーパス管理組合より

グランオーパスでは、毎年避難・防災訓練を実施しています。454世帯が生活するコミュニティでは自助・共助・公助のうち自助と共助が重要になってきます。

そこで、小さなことから始めています。避難・防災訓練はもちろんですが、マンション内での避難経路図の配布、簡易トイレや無線機の購入、貯水槽への蛇口設置などを行いました。担架や防災工具、非常食などはまだまだ対応できておらず、今後少しずつ備蓄していく予定です。

集合住宅である特性上、隣近所との関係が希薄になりがちであることから、訓練を通じて自助・共助について意識していただくことを目的としています。普段顔を合わせる機会がない方々もコミュニケーションをとるきっかけと



して、いざというときには助け合えるような関係を築いていっていただければと思っています。館内放送もありませんが、有事の際に近隣に迅速な声掛けが逃げ遅れを無くすことにもつながりますし、また避難に手助けが必要な事も日ごろのつながりがあれば可能になると考えています。倒壊や火災等の危険が無く、一斉に避難することが難しい場合などは住戸内での対応についても検討しています。

有事の際には声を掛けあえるコミュニケーション形成のためにも、クリスマス飾りつけやイルミネーション設置、地域清掃、グルメイベントなどの様々な催しをグランオーパスでは実施しています。

パンサーズ×にぎわい



枚方公園駅前と駅ナカ



口池とパルコープのフェンスの旗



11月13・14日の京阪コラボデー



1月15・16日の枚方市民応援デー

にぎわい特別委員会 (枚方校区コミュニティ協議会)

枚方校区コミュニティ協議会は、今後も枚方市をはじめとして様々な団体・個人と協力して地域を盛り上げていきます。まずは一緒にパンサーズのホームゲームを応援に行きましょう!!



お店の方もパンサーズのレプリカユニフォームを着て応援



昨年度立ち上げたパンサーズ応援団。バレーボールのVリーグトップチームである「パナソニックパンサーズ」を応援して盛り立てると共に、地域のにぎわいを創りだすために頑張っています。嬉しいことに、様々な企業・団体や地元のお店、そして地域の皆さんがパンサーズを応援してくれています。今回はその一部をご紹介します!

パナソニック パンサーズ 応援してんDay
PANTHERS, here
2021年 11月28日
毎月第4日曜日に開催
主催：枚方地区まちづくり協議会
協力：パナソニック パンサーズ
パンサーズひらかた後援会 枚方校区支援

毎月第4日曜日は【応援してんDay】