

しあわせの窓

金沢区役所地域振興課 地域力推進担当係長 富岡 幸世

「地域で実現！金沢子どもの夢プロジェクト」、アイデアコンテストが8月6日に金沢公会堂の会議室で開かれました。応募した子どもたち7組が自分たちのやりたい活動をプレゼンしました。今回は7組すべてが区の補助事業に選定されました。

皆さまの身近な場所で子どもたちの活動がスタートします。シニアの皆さんからも、応援をお願いします。大人からの声かけは、子どもたちを元気づけます！



子どもたちのプレゼンの様子

子どもたちの活動がスタート！頑張っている姿にエールを

10月18日(土)、金沢まつりいきいきフェスタには2組が出展します。【Happy company】は食品ロスやごみ問題に関するゲームブースで、世代を超えた交流の場をつくれます。【にゃんころだん】の「いしろうづくりワークショップ」では、誰でも作った衣装を着てイベントに参加できます。地域イベントの運営の面白さも伝えます。

11月1日(土)、中部でつながるふれあいマルシェには、【こどもマルシェ】が自分たちで工夫して手作りしたものを売るお店を出します。

11月16日(日)、金沢東部地区葉っぱいフェスタで、【葉っぱいにししば】が缶バッジのワークショップや金沢区ご当地かるた「カナかる」大会を実施します。多世代が楽しめます。

11月23日(祝・日)、小柴自然公園で、【シークレットベース横浜キッズ】が、金沢区にまつわる謎解きウォークラリーとコスプレコンテストをします。

2月15日(日)、長浜ホールで、【RCアイネクライネ音楽隊♪】がミニコンサートを開き、演奏を通して音と笑顔を届けます。

また、2月には、能見台中央公園で、【SK+(えすけーぷらす)】が子ども100人の「逃走中 in 能見台」を実施します。他の学校の生徒と交流し、災害や困ったときに助け合うまちをつくれます。

⇒「地域で実現！金沢子どもの夢プロジェクト」の詳細は、ネットで「金沢区 夢プロ」を検索



審査では鈴木正徳さんが
温かいコメント

審査員の中に鈴木正徳さんがいらっしゃいました。シニアクラブ金沢町白寿会の鈴木さんです。鈴木さんは金沢区社会福祉協議会で会長を務められています。編集部で鈴木さんにお話を伺いました。

「区の担当者から初めて話を聞いたとき、いいことやるな、と思いましたよ。子どもたちが地域で何かをやってみる。それを金沢区と大人たちが応援する。主体は子どもたちです」「大人のサポーターがつくことになっています。サポーターはシニア世代もいます。シニアと子どもたちの接点を増やすことにもつながると思います」

「シニアクラブも世代間交流、多世代交流を意識した活動が大切だと思います。金沢町内会ではシニアと子どものボッチャを月2回やっています。少年消防クラブなんていう活動も世代交流の場です。夏祭り、こども神輿をみんなで盛り上げています」



金沢警察署からのお知らせ

◇防犯情報

特殊詐欺被害の状況

令和7年7月末の被害状況

(1) 被害届受理件数 **51件**

被害総額 **約3億500万円**

(2) 被害手口内訳

オレオレ詐欺 **16件**

還付金詐欺 **13件**

預貯金詐欺 **5件**

架空料金請求詐欺 **13件**

キャッシュカード詐欺盗..... **0件**

融資保証金詐欺 **3件**

その他 **1件**

○固定電話にだけでなく、携帯電話に特殊詐欺の電話が掛かってくるケースが増えています。

＋（プラス）から始まる国際電話に注意してください。固定電話への国際電話からの着信を停止させることもできます。金沢警察署までご相談ください。

【警察署を騙った詐欺の電話に注意】

警察官を騙った詐欺の電話が非常に多くかかってきています。

犯人は、警察を騙り、「あなたに犯罪の嫌疑がかかっている。すぐに出頭してほしい。出頭できなければ、テレビ通話で取調べを行う」などと言って、偽の警察手帳や、偽の逮捕状を示して、あたかも自分が逮捕されるかのように騙します。さらに、犯人は逮捕を免れるには、全財産を調べる必要がある等と言い、現金をだまし取る手口となっています。

○警察からの電話でも、すぐに信用しないでください。

○警察は、逮捕する際に事前の通知はしません。また、テレビ電話での取調べは行いません。

警察からの電話であっても、電話をかけてきている者の警察署名等を聞いた上、一度、電話を切って、自分で調べたその警察署へ確認の電話をすることが重要です。

もし、聞いた警察署の電話番号がわからないときや判断に困ったときなどは、金沢警察署にこんな電話があったと連絡をいただいても構いません。気軽にご相談ください。



【SNS型投資・ロマンス詐欺に注意】

SNS型投資・ロマンス詐欺とは、対面することなく、SNS上でのやり取りを重ねるなどして関係を深め信用させ、金銭等を騙し取る手口です。

連絡を重ねていても、実際に会ったことのない人からのお金の話（投資や結婚資金等）には注意してください。

SNSでお金の話が出たら、家族、警察に相談しましょう。

【金沢警察署電話番号】

045-782-0110



◆交通安全情報

【交通事故の状況】

令和7年7月末までの金沢区内の交通事故状況

発生件数 **226件**(-11件)

死者数 **0人**(-2人)

負傷者数 **251人**(-19人)

(カッコ内は前年同期比)

【最近の傾向】

7月中、金沢区の人身事故発生件数は前年に比べ減少しました。

7月末まで、金沢区内の人身事故発生の発生が多かった地域は、釜利谷東、富岡東、六浦地区でした。

○令和7年8月4日から、免許更新は予約制になりました。

神奈川県公安委員会から発送された「更新連絡書(はがき)」が届いたら、WEB予約または電話予約をお願いします。

○オートバイの交通事故が増加しています。

安全運転をお願いします。

【交通安全スローガン】

自転車も のれば車の なかまいいり

金沢警察署 生活安全課 交通課



金沢消防署だより



こんろ火災対策 していますか？

令和7年上半期、横浜市で発生した172件の住宅火災のうち、42件がこんろ火災です。

こんろ火災を防ぐには！

こんろから目を離さない



センサー付きこんろの使用



こんろ周りはきれいにする



着衣着火に注意！

重度のやけどや死亡事故につながる可能性があります。



調理するときはゆったりとした服や袖が広がった服を着ないようにしましょう。

こんろの奥に調理道具や調味料を置かないようにしましょう。

鍋等のそこから炎がはみ出さないよう適切な火力に調節しましょう。

金沢消防署 総務・予防課 予防係 ☎ **781-0119** (代)

金沢区シニアクラブ連合会を応援しています

シーサイドホール
優しい **家族葬**

地域密着の地元業者
サンワプラス株式会社

☎ **0120-49-4138** 金沢区瀬戸 3-11

京急メモリアル

年中無休 24 時間受付

金沢文庫斎場

☎ **0120-594-180**

地域の皆様のニーズに応え、安心と信頼を
自信をもってご提供します。

思いをカタチに

句集

TEL **03-5718-3900**

ニチコミ

「ねたきいゼロ」**10**か条



- ①健康なからだをつくろう
- ②病気の早期発見と予防につとめよう
- ③事故防止に心がけよう
- ④メリハリのある毎日を送ろう

- ⑤1日1回は外に出よう
- ⑥友達や仲間をつくろう
- ⑦社会活動をすすめよう
- ⑧家族の協力で自立につとめよう
- ⑨保健・福祉サービスを上手に利用しよう
- ⑩私は _____ ができる



あなたができる目標を1か条加えましょう

曼殊沙華稻刈り済みし田のあぜに

ひとむら燃えて夕風の吹く

竹田 力

バイク止め道を譲りし若者は

爽やかな風残して去りぬ

中田 芳余ふさよ

一本の薔薇に誘はれ行く道を
変へて通りぬ花の散るまで

古畑 路子



小春日の続きし師走の大掃除

北窓開けて書架に風入れ

藤田 見丈

昨年昨年は短い秋でした。暦は冬ですが暖かい日差しに恵まれ家事整理に励んでいます。埃まみれの本棚を何年ぶりで磨きホツとしました。



詩

『遊び心』

和田山シニアクラブ 竹原 逸子

衣類のリメイクやリフォームは

遊び心の始まり

遊び心がフル回転する

マイワールドの始まり

洋裁力の無さは

失敗を恐れぬ

いい加減さがカバーする

いつもより大胆に動くハサミ

いつもより軽やかなミシンの音

直線的な和服地からは

曲線的な洋服へ

懐かしい洋服地からは

体型・流行をとり入れて

動きやすい洋服へ

そして

意外性をもって仕上がる

再生の服たち

リメイクやリフォームへの

アイディアには

遊び心が隠れている

『秋の気配』

シーサイドコーポヨマキ会 宮川 康子

夏の日の太陽は

まるで怒っているかの様に照りつける

乾いたタオルでさえ肌に痛い

それでも赤トンボを見た

桜の葉は散るのが一番早いという

夜の波のように静かに

山裾から衣を

被せるように静かにやって来る

秋の気配は……



文芸欄

文芸

俳句

八景ハイム白鷗会

幸あれと御輿くぐりの幼子に

渡会恵美子

今朝もまた無事めざめたり熱帯夜

岡田 一雄

メロン狩る丁の形に曼つけて

○中野 潤一

母の日やいましめの言胸にしむ

馬場 節子

おはやうと九十歳夏の老夫婦

大越 忠毅

関ヶ谷句会

受診待つ椅子の固さや扇風機

○瓜谷 悠子

寄り道の居酒屋の灯やつくつくし

酒井 純子

茉莉花の花垣ほろと零れをり

高橋 敬子

特売の市に外せりサングラス

長井 恵子

軽々と懸垂する子天高し

西尾 恵美



喪に帰るのみのふるさと薄紅葉

中村 時子

かたぶき俳句会

伸びていく飛行機雲や秋高し

堀切あや子

打つ手なしそれが現実鳥威し

渡部 雄蕉

文月や「かしこ」と結ぶ古切手

太宰きょう子

採れたての秋を並べて道の駅

林 弘棋

介護費の嵩む齢やこぼれ萩

○前沢 五郎

デジタル化迷路に入りてそぞろ寒

白井 春

足音のきのふとちがふ今朝の秋

土師あき子

秋風や髪すく指の指輪あと

辻山 潜

秋天へ一直線の飛行雲

藤原 ヒサ

峠こえて古都に至れば風は秋

川田 和

短歌

かもめ短歌会

弁当箱もちて桑の実摘みし森

氏家 敬子

削り均され稲田広がる

氏家 敬子

スーパーのレジの先頭モタモタと

碓井 功

スマホ決済慣れない様子

碓井 功

梅雨晴れに井上靖「敦煌」を

島田 達巳

リュックに入れてシルクロードへ

島田 達巳

草茂る谷の川辺に蛇苺の

鈴木さとゑ

火花に見紛ふ赤き実の見ゆ

鈴木さとゑ

神無月毎朝なやむ服選び

杉山 隆幸

妻は半袖ぼくは長袖

杉山 隆幸

みちのくの朝露出ずる露天風呂

○杉山 喜子

川のせせらぎ心なごみぬ

○杉山 喜子

ラジオより「今度いつ帰る」と歌流れ

平 香代子

在りし日の母思い出したり

平 香代子

○は代表者

★かがやまギャラリー★

迫力ある滝の写真

関ヶ谷クラブ徳岡さんの作品

輝く紅葉と水しぶきを上げて流れ落ちる滝。そんな一瞬を切り取った日光市周辺の滝の写真3点を投稿します。

華巖の滝は迫力に魅せられ、5回ほど訪れています。いつもはエレベーターで観瀑台へ降り、そこから滝を撮影します。ある時、観瀑台から地上に戻ると、林越しに滝を撮影している人がいました。覗いてみるといつもと違って紅葉と滝が一体となった景色が目に入り、思わずシャッターを切りました。

湯滝では紅葉に加え白樺の鮮やかな白い幹が強烈な印象になりました。霧降の滝は高さ75mを誇る名瀑です。

写真歴は約20年で、主に風景と花をテーマに写真撮影をしています。相棒はオリンパスE-M1。(関ヶ谷クラブ 徳岡 正彦)



華巖の滝



霧降の滝



湯滝

機関誌編集委員会名簿

支部名	クラブ名	氏 名	
富岡第二	シーサイドコーポヨマキ会	宮川 康子	※
並木	柴そよかぜ会	土井 巖	※
		前田伊津子	※
金沢東部	西柴団地福寿会	林 秀明	○
六浦西	大道高砂会	水内 利博	◎
六浦西	湘南六浦福和会	村田 秀雄	○
釜利谷第一	阿王ヶ台シニアクラブ	岡 浩子	※
釜利谷第二	関ヶ谷クラブ	三上 典彦	※
区シ連副会長 機関誌委員会担当役員		沖川 正澄	—
株式会社ニチコミ		尾前 正樹	—
		兼山野々香	—

※機関誌委員会委員 ◎同委員長 ○同副委員長

編集後記

2025年度の夏は記録的な暑さ。毎日が熱中症対策。水田が乾燥してひび割れが発生し、稲が枯れるという暑さであった。

そのため、家に閉じこもってしまう。そんな中、会報誌に原稿を送ってくれる。感謝である。気温が30℃を割ったとき、酪農の牛・鶏が夏バテを克服し、牛乳や卵を産みだした話題が。2025年は大阪で日本国際博覧会が開催。横浜では27年3月に国際園芸博覧会（花博）が開催される。気候変動が激しいときに、植物や自然との向き合いが、この横浜から発信するという。

原

稿

募

集

かがやきだよりへの投稿・寄稿をお待ちしております。

会員のページ：テーマは自由（政治・宗教を除く）写真や挿絵などを含め600字以内。

クラブの活動紹介：地域での活躍の様子。自治会・町内会や社協、学校などの連携など写真を添えてお願いします。（連絡いただければ機関誌委員が取材に伺います）

かがやきギャラリー：紙（誌）上作品展です。作品は実物やその写真などで、対象はなんでも結構です。

いずれもお名前、所属支部・クラブ名と連絡先電話番号を必ず添えてください。

宛先

〒236-0021
金沢区泥亀1丁目21番5号いきいきセンター金沢内
金沢区シニアクラブ連合会事務局
TEL・FAX 045 (784) 5121

短歌投稿募集

短歌をたしなんでいらっしゃる皆様、かもめ短歌会で短歌を発表しませんか？
投稿は偶数月の20日締め、歌会は奇数月の第2火曜日に開催します。投稿された方も歌会に出席できます。

俳句投稿募集

俳句に込めた皆様の想いをお届けします。関ヶ谷クラブ句会へ、関ヶ谷クラブ句会の準会員作品として、ぜひご紹介したいと思います。
ご投稿の際は短歌（一首）や俳句（一句）に名前、住所、電話番号を添えて区シ連事務局の宛先へご投稿ください。

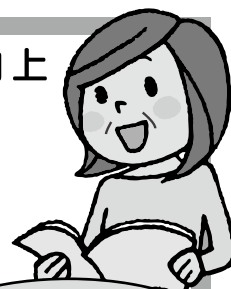
～ いつまでもお口を健康に保つために ～

知っていますか？ パタカラ体操

パタカラ体操とは…？

加齢に伴い、筋力が弱ってくると、口周りの筋肉や舌の動きが衰えてきます。「パ・タ・カ・ラ」と発音し、食べたり話したりするときに必要な筋肉を鍛えることができるトレーニングです。

- ◆飲み込む力や噛む力の維持・向上
- ◆発音がはっきりする
- ◆誤嚥（ごえん）性肺炎の予防
- ◆唾液分泌の促進
- ◆表情が豊かになる
- ◆いびきや歯ぎしりの改善
- ◆口の渇きの改善



パタカラ体操には
こんな効果があります

湘南六浦福和会の活動

地域の子どもたちと交流

・紙飛行機の作成と飛ばし方の指導

地域の子どもの参加により、六浦南小学校の体育館で「紙飛行機飛ばし大会」を開催。

初めて折る紙飛行機と、上手に遠くに飛ばす方法も指導し、楽しく、シニアと子どもたちとの交流の場にふさわしいイベントです。



世代を超えて一緒に夢中に

・七輪を使って火起こし、お餅を焼き、きな粉餅・あんこ餅を楽しむ

地元の小学校から授業の一環で、1年前に苗を植え、育て、収穫した大豆からきな粉を作りました。

子どもたち発案で、七輪



一緒に作って一緒に味わう



心と体が温まる交流

を使って、お餅を焼くことになりました。先生も初めて目にした七輪、シニアの応援で、焼いたきな粉餅を食べ楽しんでもらいました。

・通学時の見守り活動

友愛活動では、事故なく元気に通学できるようにと、3年前から12人の役員が、月曜日から金曜日の登校日に、スクールゾーン内の5カ所の交差点で見守ります。子どもたちから「おはようございます」と大きな声で、我々も元気をもらえます。

登校日は毎日見守り活動を行っています。1年間での活動回数は200日に及びます。



子どもを見守る温かな眼差し

・和太鼓グループ（竜の鼓会・白妙囃子）

子どもとシニアが揃って和太鼓・祭り囃子の練習に励んでいます。発表会は南区内の公会堂や地域の地区センター・公会堂と地元祭礼に参加し、祭りを盛り立てる役を担っております。昨年は「敬老芸能大会」や「フェスティバル」にも参加し好評を得ています。

金沢区シニアクラブ連合会を応援しています

医療法人 中村会

○整形外科 ○リウマチ科
○リハビリテーション科 ○スポーツ外来

大型Pあり

中村整形外科

〒236-0042 横浜市金沢区釜利谷東2-20-9

☎ 045-783-2855

診察時間

	A M	P M
平日	9:00~12:00	3:00~7:00
土	9:00~12:00	3:00~5:00
日・祝日	9:00~12:00	

理学治療時間

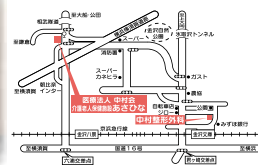
下記の時間いつでも受けられます	
平日	午前8:00~午後7:00
土	午前8:00~午後5:00
日・祝日	8:30~12:00

往診あり 日・祝日以外毎日気軽にお申し出下さい

当院は、院長以下5名の常勤医により毎日診療しています
<http://www.nakamuraseikeigeka.or.jp>

介護老人保健施設あさひな

(金沢区朝比奈インターそば)



ただ今入所・通所のお申し込み受付中です

入所サービス 152人
短期入所サービス(ショートステイ)
デイケア(通所リハビリテーション) 45人
訪問リハビリテーション

☎ 045-788-1133

〒236-0034 横浜市金沢区朝比奈町 107 <http://www.rouken-asahina.jp>