



春の六中地区公民館と桜



令和4年11月5日

編集発行

土浦市六中地区市民委員会

文化広報部

土浦市六中地区公民館

土浦市烏山二丁目2346-1

TEL 842-3585

FAX 842-3509

地域福祉を考える 『まごころサポート隊』

この度、六中地区住民の有志による六中地区高齢者福祉研究会（通称、まごころサポート隊）が発足しました。社会福祉協議会が市から受託している生活支援体制整備事業の、第二層協議体として位置付けられています。生活支援体制整備事業は、誰もが年を重ねても、住み慣れた地域で、安心して暮らし続けるよう、地域による支え合いの体制づくりを推進する事業です。図に示されているように、まごころサポート隊は、土浦市全域の支え合いの仕組みを話し合う第一層協議体と連携しながら、住民主体の、暮らしやすい地域づくりに取り組む活動を展開しようとするものです。

例えば、高齢者が日々の生活で感じている不便さや、抱えている困りごとなどを調査・把握し、それらの内容を、地域で支え合い活動をしている担い手や、ボランティア等に繋いだり、新たな支え合いの仕組みを構築できるように、サポートしたりするものです。

まごころサポート隊では、毎月1回、定期的に話合いの場を持つとともに、高齢者等の買物支援のために運行しているジョイフル号の試乗や、株式会社

生活支援体制整備事業

第1層協議体

市レベルの話合いの場

土浦市 社会福祉協議会
有識者 民生委員 ボランティア等

連携

住民主体の暮らし
やすい地域づくり

第2層協議体

地域レベルの話合いの場

六中地区高齢者福祉研究会
「まごころサポート隊」



(試乗の様子)

の現状について視察などを行ってきました。
暮らしやすい地域づくりの実現に、まごころ込めた活動をしてまいりたいと考えておりますが、地域福祉の実現にはみなさまの支え合い（互助）が必要となりますことから、本活動へのご理解とご協力をお願いいたします。

◆メンバー紹介※敬称略

池田 純（右舩四区）
石毛 一美（烏山二丁目）
遠藤 三郎（右舩三区）
神立 清（右舩四区）
渋谷 紀子（霞ヶ岡町）
塚本 和郎（大岩田一区）
細野 伸子（霞ヶ岡町）
田村 和嗣（社会福祉協議会南部支部）

新任館長挨拶

村山 正徳



今年4月、六中地区公民館に参りました村山と申します。
着任してすぐ、

日々の作業として土作りといった花壇整備や花への水やり作業がありましたが、そんな作業をしながら、ふと頭に「花よりも花を咲かせる土になれ」という言葉が浮かびました。これは国民栄誉賞を受賞した松井秀喜さんを育てた星稜高校元監督、山下智茂さんの座右の銘としての言葉です。親が子をそだてるときなどの向きあい方を花と土に例えたのが本来の意味で多くの方に知られているようです。ここでは、あえて自分なりに解釈して、「花」は主役で「土」は六中地区公民館としてとらえ、主役はもちろん公民館で活動される地域の方々ではないかと考えております。福祉をはじめ地域の活動や、講座・同好会の生涯学習の場としての活動等、その目的は様々ではありますが、いずれも個々の目標の中的主役として花として輝いてもらえるよう、居心地のよい土(場所)になれるよう、また、明るい六中地区の発展のため職員一同、力を注いで参ります、どうぞよろしくお願い申し上げます。

令和4年度 新任地区長紹介



まりやま 団地
相澤 修

本年度より地区長に就任することになりました。地域の代表というには、未熟な点が多々あることは、自分でも承知しておりますが、皆様からのお力添えをいただきながら、精一杯頑張りたいと考えております。宜しくお願いいたします。

六中地区市民委員会 専門部会

環境部

部長
塚原 重雄

令和4年度の環境部の活動についてお知らせいたします。

- 1 公民館美化活動
 - ・ 公民館花壇への花苗植え
- 2 土浦市環境展への参加
 - ・ 花壇の除草作業
- 3 花室川堤清掃
 - (霞ヶ浦文化体育館)

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、活動ができませんでしたが、今年度は状況を見ながら活動しますので、皆様のご協力をよろしくお願いします。

福祉部

部長
渋谷 紀子

令和4年度の福祉部の事業についてお知らせいたします。

ここ2年新型コロナウイルスの影響で事業を中止してまいりました。今年度もまだ実施できない状況の事業もありますが、11月に福祉講演会を予定しております。

・健康講座(運動)「おてがる筋力チェック編」

実施できるかは状況をみながらの判断となりますが、開催にあたっては皆様のご参加、ご協力よろしくお願いします。

安全部

部長
関口 英雄

安全部は、主に地域の安全・防犯に関する事業の開催及び活動を実施しています。

令和4年度の活動についてご紹介いたします。

- 1 歩く会における道路横断時などの安全確保
- 2 花室川堤清掃における車両誘導及び参加者の安全確保

これらの他に救急救命講習等を予定しています。新型コロナウイルスの感染拡大が収まらない状況ですが事業の実施にあたっては、地域の皆様のご協力・ご支援をお願いいたします。

スポーツ健康部

部長
飯田 靖宏

スポーツ健康部は、住民の方の健康増進と相互コミュニケーションの促進を活動の基本方針としています。令和4年度の事業計画は、六中地区スポーツ協会等で例年開催予定している各事業への協力となります。

・体力測定及びミニ運動会
・歩く会
・グラントゴルフ大会

新型コロナウイルスの感染拡大により事業実施も不透明になりますが、種々の情報を得ながら検討していきます。地域の皆様のご協力をお願いいたします。

青少年育成部

部長
酒井 理志

青少年育成部は、年10回のチャレンジクラブ事業の協力やサタデーイベントの企画運営を行っております。

- ・5月 開講式、シュロの葉工作、イモ・スイカ・野菜苗植え
- ・6月 座禅体験
- ・7月 カヌー、ドラゴンボート
- ・8月 森林、林業体験、ほか
- ・9月 バルーンアート、野菜収穫

以上が、上半期のチャレンジクラブの事業予定です。下半期も16名のクラブ員と共に雨ニモマケズ、コロナニモマケズ、様々なイベントにチャレンジして楽しい一年にしたいと思います。

わがまち紹介

右狹四区地区長 三浦 亨吉

わが町内会は、「右狹四区常磐会」として、会員は214名です。

街のほぼ中心部に「みぎもみ児童公園」がありますが、この公園は国有地なので、土浦市が国から無償で借地しております。

この公園の北側に、右狹四区の公民館となる「ときわ児童館」があります。この児童館用地も国有地で、借地料は土浦市に負担して頂いています。借地料は、約37万円／年となっています。

平成22年に、この用地について将来払い下げを受ける計画が示されました。このため常磐会は、「児童館用地取得積立金」を開始し、令和3年度末で約480万円の積立額になっています。

国からの購入想定額と市の補助金、町内会の負担額等の内示がありましたので、十分対応できる見込みです。ところが、右狹四区常磐会は、「認可地縁団体」ではないので、土地等の不動産の取得は出来ないことがわかりました。

認可地縁団体となるためには、現在の会員の同居家族全員に会員になって頂いて、この名簿を作成する他、現在の町内会規約を全面的に改定する必要があります。そうした上で、不動産に関する権利等を保有す

るための認可申請書を提出し、認可を受けなければなりません。

小岩田東二丁目町内会地区長 大久保 栄二

昨年、町内会発足から無事に50周年を迎えることが出来ました。記念品として災害に備えて全戸に1つずつ、防災バッグを配布させて頂きました。ひとえに町内会会員・皆様のご協力の賜物です。感謝いたしますとともに、今後とも住みやすい町内を目指して、手と手をつなぐ思いで調和して参りたいと存じております。町内会運営役員一同「ワンチーム」を合言葉に、座右の銘として参ります。

また、ここ数年の間に、新規転入された世帯が、30を超えました。以前は、少子高齢化の波にのまれ、僅かしか居なかった子どもたちが、急激に増えております。小中学校を合わせて今年度は、27名になりました。来年度小学校にあがるお子さん、まだ入園前のお子さん、新生児の誕生と、将来が楽しみです。いままで休止しておりました、子供育成会の活動を復活するべく検討中です。現在まだまだ終焉しない、新型コロナウイルス感染症対策のため、二の足を踏んでいる状況です。現在町内会に残っている行事は、年末にございます「餅つき大会」のみになってしまいました。子どもたちのためにも、

何とか盛り上げて参りたいと存じます。今回は、町内会チトセクラブの皆様のご協力のもと、輪投げ・他の催し物、景品などもご用意して頂き、和気あいあいだったと記憶しております。新型コロナウイルスの終焉を祈念し、ご紹介とさせて頂きます。

霞ヶ岡町地区長 飯沼 義則

「ふれあい農園」

令和2年に突如発生した新型コロナウイルス感染症拡大で、私達の町内行事や高齢者クラブの活動を自粛せざるを得ない状況がまだ続いています。その厳しい状況の中で好評だったのが「高齢者と子供のふれあい事業」の一環として立ち上げた『ふれあい農園』がありますので紹介させて頂きます。

ふれあい農園は令和元年に休耕している畑を借用して開園しました。農地を耕して新鮮な野菜を収穫する喜びを共有すると共に、子供達に開放する形で開催した「夏のじゃが芋・秋のさつま芋ほり」では夢中で芋を掘る姿に癒されています。また新鮮な朝採れ野菜は、高齢者クラブの中学校会長が自らコロナで引き籠りがちなお年寄りに配って大変喜ばれております。

農業は私自身初めての経験でしたがマイ耕運機を求めて今では完全に嵌まっています(笑)でも今年の猛暑にはさすがに参りましたが、宮沢

賢治の「雨ニモ負マケズ 風ニモマケズ 雪ニモ夏ノ暑サニモマケズ」を座右の銘として頑張っています。ふれあい農園は、霞ヶ岡町に隣接する鹿島神社前(大岩田地区内)にあり、近隣住民の散歩コースになっていますので声を掛けて頂けたら嬉しいです。



同好会だより

カラオケ同好会「ひばり会」

代表 鈴木 廣

楽しく歌える人生と歌うのが怖い人生では人生の豊かさや輝きがまったく違いますね。

カラオケ同好会ひばり会は約30年の歴史ある同好会です。

金曜日の午前10時から12時まで月3回、講師遠藤先生の指導を受けながら自分たちで選んだ好きな曲を勉強しています。そして教室が終わってからは近くのカラオケハウスに出かけ自分の好きな歌を思い切り心を開いて歌うとストレスが解消されて気分も爽快になります。

お医者様も腹式呼吸で声を出す事は体に大変良いと言っています。

興味のある方は是非、見学に来てください。随時入会受付しています。会員の皆さん、やさしい人ばかりです。お待ちしております。



太極拳「道草の会」

代表 小滝 洋子

太極拳は、緩やかに円を描く動作を主とする中国拳法の一つです。

片足を上げて蹴る動作などもあり、慣れないうちはふらついてしまいがすが、続けていくうちに足腰も徐々に強くなり、体幹が鍛えられてきたことを実感できます。その証拠に教室では、皆さん方の姿勢の良さが印象的です。そして10分間の休憩時間に喉を潤しながら仲間との他愛ないお喋りでストレスも解消でき、一挙両得。現在、指導者も入れて15名です。毎週火曜日(月4回)行っています。毎回同じ動作の繰り返しなので、家で一人でも出来て筋力もつき太極拳をやった日は体が軽く感じられます。太極拳は、ゆっくりとした動きなので運動の苦手な方やご年配の方でも無理なく出来、健康になれるのが魅力です。足腰が鍛えられると転倒防止にもなりますので、怪我もしにくくなりますよ。

現在、新型コロナウイルスの変異株が再拡大して教室の活動にも制限がかかることもあります。興味を持たれた方は是非見学にお越し下さい。

(熱烈歓迎！)

同好会では、随時会員を募集しています。今号の6ページには、六中地区公民館で活動中の同好会一覧を掲載していますので、ご覧になってください。

令和4年度

前期講座

リンパストレッチ

講師：鴻田良枝
(健康運動指導士)

受講者：12名

藤で木の葉のお皿づくり

講師：保木本智香子

受講者：4名

みんなで踊ろう！
よさこいソーラン

講師：高野道子

受講者：13名

そば粉で簡単！
ガレットを作ろう講師：小見ひろみ
(Caf'e Le 33)

受講者：12名

浴衣をリメイク
手縫いで作るうブラウス講師：國友康代
(縮緬細工工房晏古)

受講者：14名



チャレンジングクラブ活動報告

令和4年度のチャレンジングクラブは、感染防止対策のため、通常の半数の定員15名程度で募集をかけたところ、応募者多数のため抽選となつてしまいました。結果、右粉小と大岩田小の4年生から6年生の元気な児童16名でのスタートとなりました。

第1回(5月21日)は、「開講式・イモ苗と野菜やスイカの苗植え・シュロの葉工作」を、第2回(6月26日)は、つくば市の覚王寺で「坐禅体験」を、第3回(7月23日)は、ラクスマリナーで「カヌー体験」に挑戦しました。今回は第3回までの活動について、クラブ員の感想を添えて紹介します。

●開講式・シュロの葉工作・イモ苗と野菜やスイカの苗植え

開講式の後、

民生委員・児童委員の中野仁先生を講師に迎え、シュロの葉工作に挑戦しました。シュロの葉を切ったり編んだりしてバツタの形にしていきます。ちょっと難しい課題でしたが、クラブ員同士で教え合ったりして、全員が作品を完成させました。新しい仲間づくりのためのコミュニケーションを図るよい機会にもなりました。



サツマイモの苗は、みんなで協力してマルチがけをした後、班ごとに苗植えを行いました。

今年度は、ナスやピーマンの苗のほか、大玉スイカの苗を8本程植え

ました。スイカは、1人1個の収穫が出来たら最高です。

◎トノサマバツタの様な大きなバツタができました。最初は、難しくて全然できませんでした。大人の人や友達に手伝ってもらってやっと完成できました。



収穫が楽しみ！サツマイモの苗植え

●坐禅体験 つくば市 覚王寺

世話になる覚王寺さんは、室町時代に創建された歴史あるお寺で、最近、日本文化を体験するために訪れる外国の方も多いとのこと。坐禅は、まず住職さんの講話を聴いてから15分間。その後、また講話を聴いてから30分間と、合計45分間体験しました。後半の体験では、全員が坐禅体験の記念に警策(邪念が入ったり、姿勢を乱したりしたときに右肩をたたく棒)をいただいたとき、右肩をたたき「ビシッ」といい音がして、気持ちも引き締まりました。

◎足がしびれて痛かったけど、最後まで頑張ることができました。貴重な体験ができました。

◎肩をたたかれるのが自分の番になってすごく緊張しました。痛かったけど、すっきりした気持ちになりました。



無の境地をめざして坐禅体験

●カヌー体験 ラクスマリナー



カヌー体験・土浦港周遊コース

晴天に恵まれた中での、カヌー体験になりました。4人のインストラクターの先生方の指導の下、ラクスマリナーの近くで30分ほど練習をし、土浦港周遊コースに挑戦しました。2人乗りのカヌーは思いのほか安定していて操船しやすいけど、2人が協力しないとと思うようには進めません。はじめは、苦労しているチームもありましたが、どのチームも最後まで頑張つてゴールできました。途中、水をかけ合ったりして、楽しく体験活動ができました。

◎最初は、少し怖かったけど、2人で協力して慣れてくると、とても楽しかったです。

◎曲がるのが難しかったけど、先生がよく教えてくれたので、上手くできるようになりました。腕がすごく疲れました。楽しかったです。

六中地区公民館同好会一覧表

令和 4 年 8 月現在

同好会名			種別	活動日時		
1	東会	民舞	1~4	水	13:00~16:30	
2	マナ・フラ	フラダンス	1~4	火	13:00~16:30	
3	ジュンパリーナ	ズンバ	2・4	火	10:30~12:00	
4	ハイジ	フォークダンス	1~4	月	9:00~13:00	
5	チロル	フォークダンス	1~4	金	17:00~22:00	
6	ダンス同好会98	社交ダンス	1~4	火	17:00~22:00	
7	パピヨン	社交ダンス	1~4	木	18:00~21:45	
8	霞社交ダンス	社交ダンス	1~4	金	13:00~17:00	
9	ローズ会	社交ダンス	1~4	金	9:00~13:00	
10	桜友会	社交ダンス	1~4	土	10:30~12:15	
11	水郷ダンス	社交ダンス	1~4	土	13:00~17:00	
12	メリーステップ	社交ダンス	1~4	土	17:00~22:00	
13	花室スポーツダンス	社交ダンス	1~3	日	13:00~17:00	
14	ステップ桜	社交ダンス	1~4	日	17:00~22:00	
15	グレープ	健康体操	1~4	月	9:00~13:00	
16	いきいき健康クラブ	健康体操	1~4	木	10:00~12:00	
17	木曜会(エアロビクス)	エアロビクス	1~3	木	13:00~14:15	
18	健康ヨガ教室	ヨガ	1・3	金	13:30~15:00	
19	道草の会	太極拳	1~4	火	9:30~12:00	
20	太地の会	太極拳	1~4	水	17:00~22:00	
21	武術太極拳	太極拳	1~4	水	18:00~22:00	
22	六公自力整体	自力整体	1~4	月	13:00~16:00	
23	ピラティスローズ同好会	ピラティス	2・4	木	10:00~11:30	
24	ラージボール(44)	卓球	1~4	日	9:00~13:00	
25	ラージボール愛好会(木曜会)	卓球	1~4	木	14:15~17:00	
26	六公ノルディック同好会	ノルディック	1~4	木	9:30~11:30	
27	ウォーキング&ゆっくりジョギング同好会	ウォーキングとジョギング	1~4	金	13:30~14:30	

同好会名			種別	活動日時		
28	土浦ポプラ同好会	スポーツ吹矢	1~4	木	13:00~16:00	
29	火曜会	コーラス	1・3	火	9:00~13:00	
30	ひばり会	カラオケ	1~3	金	10:00~12:00	
31	軽音楽同好会	音楽	1~4	土	13:00~17:00	
32	すみれ会	絵手紙	3	木	13:00~17:00	
33	さざんか水彩画	水彩画	2・4	金	13:00~16:00	
34	水彩画日曜同好会	水彩画	1・3	日	9:30~13:00	
35	石心囲碁クラブ	囲碁	1~4	土	13:00~17:00	
36	新星囲碁クラブ	囲碁	1~4	水	13:00~17:00	
37	花園囲碁クラブ	囲碁	1~4	火	13:00~17:00	
38	棋楽囲碁クラブ	囲碁	1~4	金	13:00~17:00	
39	かすみ盆栽会	盆栽	2	日	9:00~12:00	
40	クラブ ピッポ	料理	3	水	10:00~13:00	
41	男のイタリア料理	料理	1	水	10:00~13:00	
42	パソコン教室	パソコン	1~4	土	18:00~21:45	
43	楽しいパソコン同好会	パソコン	2・4	土	10:00~13:00	
44	小袖会	着付け	1	火	9:30~12:30	
45	江戸祭ばやし(真和会)	獅子保存会	1~4	土	19:00~21:00	
46	粥柱俳句同好会	俳句	4	日	13:00~15:30	
47	陽だまり洋裁サークル	洋裁	2・4	水	9:30~17:00	
48	シンプル英会話	英会話	1~4	金	13:30~15:00	
49	折り紙同好会	折り紙	1・3	金	9:00~13:00	
50	若桐面打ち同好会	面打ち	1・3	日	9:00~12:00	
51	いけ花同好会	いけ花	2・4	水	13:00~17:00	
52	ワクワクガーデニング	草花	1	月	13:00~17:00	
53	ポピー	フォークダンス	1~4	水	9:30~13:00	
54	クレフギター	ギター	1~4	水	9:00~12:30	
55	すばる	ハーモニカ	1~4	土	10:00~12:00	

※活動日時は、公民館の利用状況により変更になる場合があります。

令和 4 年度 六中地区市民委員会役員一覧

委員長 石毛 一美 (鳥山二丁目)		青山 良夫 (鳥山町内会) 飯沼 義則 (霞ヶ岡町) 柳本 昭 (大岩田二区) 戸塚 葉子 (大岩田団地)	専門部長 渋谷 紀子 (福祉部) 関口 英雄 (安全部) 飯田 靖宏 (スポーツ健康部) 塚原 重雄 (環境部) 林 和美 (文化広報部) 酒井 理志 (青少年育成部)	
副委員長 早乙女一 二 (まりやま新町) 塚本 和郎 (大岩田一区) 細野 伸子 (民生児童委員協議会会長)		学校長・PTA会長 大森 弘 (土浦第六中学校長) 川村 勝司 (大岩田小学校長) 中山 弘 (右碓小学校長) 小椋 直樹 (大岩田小 PTA 会長) 小室 亜季 (右碓小 PTA 会長) 片岡 秀昭 (土浦第六中 PTA 会長)		事務局 村山 正徳 (六中地区コミュニティセンター所長) 鈴木 洋子 (六中地区コミュニティセンター主任) 原井 一永 (六中地区コミュニティセンター指導員) 田村 和嗣 (六中地区コミュニティセンター主任 (社会福祉協議会主任))
監事 村山 映三 (右碓一区) 柳林 順一 (鳥山一丁目)		各種団体長 矢口 文恵 (若小地区子育て連会長) 武田 光子 (若小地区子育て連会長) 菅谷かつ江 (青少年相談員代表) 鈴木徳次郎 (地区保護司会代表) 今高 博子 (六好会会長)		
地区長 遠藤 繁夫 (右碓二区) 遠藤 三郎 (右碓三区) 三浦 亨吉 (右碓四区) 小口 範男 (右碓五区) 相澤 修 (まりやま団地) 矢口 隆志 (小岩田町会) 宇津野 進 (小岩田西一丁目) 大久保栄二 (小岩田東二丁目)				

相馬勝至

手塚登・田中由香里・柴山邦寿

野平裕子・若林八千代・中込誠治

川崎忍・斉藤孝史・木村みつえ

斉藤学・矢田貝愛子・池田純

松田均・鶴町友之・伊藤佳奈子

文化広報部長 林 和美

今年のは夏は異常な暑さが続き新型コロナウイルスでやられて来ましたが、行動制限の無い夏休みで沢山の思い出作りをされた方も多いのではないのでしょうか。

今回の編集にあたりご協力をいただいた皆様にお礼申し上げます。

文化広報部員をご紹介します。

編集後記

■新書 図書案内

間違いだらけの老人ホーム	小嶋 勝利
「はやく」と「ゆっくり」	許 匡匡
おしくらまんじゅう	かがくいひろし
もしも鳥と話したら	ペズル
ぼくはレモネードやさん	えいしましろう
クジオのさかな会計士	ジャンニ ロダリー
ほめると子供はダメになる	榎本 博明
同志少女よ敵を撃て	逢坂 冬馬
マスカレードゲーム	東野 圭吾
奇跡	林 真理子
真相をお話します	結城 真一郎
私と街たち	吉本 ばなな



環境に配慮し、再生紙・植物油インキを使用しています。