

根岸 コミ協だより

根岸地域コミュニティ協議会広報紙
第17号(平成30年12月20日発行)
発行: 根岸地域コミュニティ協議会

問い合わせ☆根岸地域コミュニティ協議会
〒950-1247 新潟市南区山崎興野290
電話/025-362-6135 FAX/025-362-6425
メールアドレス/changing.negisi@bz03.plala.or.jp

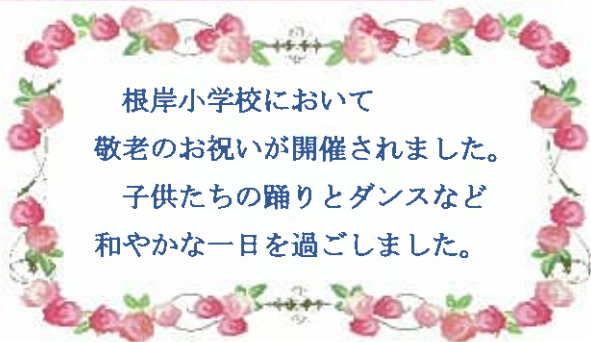
川と共に育ち、大地と共に育つ、ここが私たちの地域。
根岸地域に住む皆さんが、地域の人とのふれあいを大切
にし、共に支え合う心を持つことができる地域づくりを
目指します。

根岸地域コミュニティ協議会
ねぎし

協議会の運営・活動は、新潟市の補助金を受けて実施しています。

【特大号】

根岸地区敬老会開催 9月24日(月)



根岸小学校において
敬老のお祝いが開催されました。
子供たちの踊りとダンスなど
和やかな一日を過ごしました。



健康体操で「いきいき・元気！」



いつもありがとう





地域の方々による <舞踊あり、唄あり、太鼓あり> で大盛り上がり!!
 笑顔と笑い声が溢れました。 出演者、スタッフの皆様 ありがとうございます。





水路のお魚調査 8月23日(木)

今年は猛暑でしたが、対策は万全。

こんな大きな魚もいるよ。

みんなで根岸の里をもっと知ろう！



近くで観察



さわって体感



聞く・調べる



サツマイモ掘り体験 10月6日(土)



青空の下、家族で一緒に汗した収穫の喜びは格別！ 何を作って食べようかな？ 会話も弾みます。



掘って掘ってまた掘って・・・

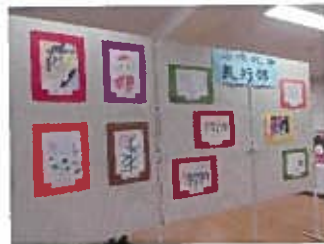


根岸地区文化祭
10月27日(土)

菊花展



白根北中学校 生徒の作品コーナー



どれも力作

根岸地区健康展



血管年齢測定
血圧測定



血圧測定・血管年齢測定
アロニアジュース・アロニアジャムの試食後、たくさんの方から計測してもらいました。
まずは自分の状態を知ることが大切です。
来年も行う予定ですので、お出かけください。



♡自動血圧計は地域生活センターに常設しています

元気アップ講座 根岸地区保健会

3B体操 10月11日(木)

3B(サンビー)体操とは？ (3つの手具の頭文字)



ポール・ベル・ベルターを使用し音楽に合わせて体を動かす健康体操のことです。「呼吸・柔軟性・筋力」など難易度も先生が調整して下さいます。毎年開催する元気アップ講座で、若々しさを維持しましょう。是非、参加をお待ちしていま〜す！



校外活動 白根北中学校

「千歩グリーン作戦」9月19日(水)



千歩グリーン作戦に参加して思ったこと。一つ目はゴミを地域に捨ててはいけないということ。私の地域には、缶やタバコが沢山落ちていました。また、川のすぐ近くには車のタイヤなどがあり、林には壊れた農作業用の道具などもありました。私はこれを見て、ゴミを捨てるのはとてもいけないし、見てとても嫌な気持ちになりました。二つ目は、地域の方々への感謝です。私はごくたまにゴミ拾いをすることがありますが、地域の皆さんが頻りにゴミ拾いをしてくださっているおかげで、きれいな地域で暮らすことができていると知りました。私も千歩グリーン作戦だけでなくゴミが落ちていたら拾おうと思います。2年 武田 未優

年に一度行われる千歩グリーン作戦。僕の住む地域では1年から3年が力を合わせて清掃を行いました。1年生の時はあいにくの雨で中止となりましたが、2年生の時と今回の清掃で感じた事はタバコのポイ捨ての多さです。「タバコ=大人が出したゴミ」という現実に残念な気持ちでいっぱいになりました。ポイ捨てが悪い事は子どもでも理解できるのに、大人は分かっているながらポイ捨てをしてしまう。「ちょっと位いいか」そんな軽い気持ちでポイ捨てをしてしまうのでしょうか？ そんな腹立たしい気持ちで地域の清掃を友達と頑張りました。

僕たちの頑張りによって少しでも地域がきれいになると同時にみんなのマナーが向上すればいいなと思いました。

3年 小林 健太



大人の皆さん、未来を担う子どもたちのお手本になりましょう!!

根岸地区防災訓練(南区総合防災訓練) 11月4日(日)



今年度は南区総合防災訓練と併せて行われました。長岡平野西縁断層帯が原因とみられるマグニチュード7.0の地震発生、新潟市南区で震度6弱の観測を想定し、避難所開設、避難訓練と避難所運営に係る講話、模擬訓練、炊き出し訓練および児童の保護者への引渡し訓練を総勢580名余が参加して実施しました。



模擬訓練では、学校内で避難した児童が各地域へ移動・合流して避難所体験をしました。



防災専門の中越防災安全推進機構による講話では、「避難所運営と地域の関りについて」各地の災害で避難所へ行った際の経験を伺いました。

避難者自らの積極的な行動と助け合いがある避難所と、他からの助けを待っている避難所では大きな違いがあるということ。声をかけあう、知恵を出し合う、行動に移すなどがとても大事だということ。

模擬訓練では、大人と子どもたちが互いに顔を確認して声掛けや誘導が必要だということが分かりました。地域のみなさんが防災意識を高めることで「安全に安心して暮らせる根岸」にしましょう。



炊き出し訓練では、たくさんの中学生在が参加してくれました。大きな力となり頼もしく思えます。また、小学校PTA・南区社会福祉協議会の皆様ともにご協力ありがとうございました。



小学校児童はアルファ米の試食体験



地域の方は釜炊きご飯ときのこ汁



家族で
防災の話し



非常食の重要性とアルファ米の作り方など、わかりやすく説明していただきました。



◆ 防災訓練に参加して感じたこと ◆ 根岸小学校

1年 大橋 伊吹

いちばんこころにのこったことは、ちいきの人とおはなしたことです。ぼくは上塩俵にすんでいます。たくさんのお人と会えてうれしかったです。ひじょうしょくもとてもおいしかったです。

4年 皆口 空颯

非常食のアルファ米が水だけでできていることに驚きました。災害はこわいものなので話を聞くことができて良かったです。

2年 濱田 凜音

地しんがおきたときは頭をまもるために、もっていたバックで頭をおおうということがわかりました。また、おうちにいるときにおこったら、家ぞくでどこにひなんするか、きめるといいことがわかりました。

5年 藤川 康太郎

中越地震の時の話や防災のことなど、ためになる話を分かりやすく教えてもらいました。特に心に残っていることは「自分の命は自分で守る」ということです。これからも大事にしていこうと思いました。

3年 星野 智春

地しんがあったときは、身の回りがあるかごやランドセルで頭を守ることがわかりました。災害があると食料が少なくなるので、日ごろから好ききらいをしないようにしたいです。

6年 織田 琉聖

分かったことは、①自分の命は自分で守る。②万が一地震や災害が起こった時に備えて家族の集まる場所を決めておく。③非常食を用意しておく。の3つです。さらに、自分でできることを増やさないといけないということもわかりました。

おやこの食育教室 9月29日(土)

食生活改善推進委員協議会



親子での調理体験をとおして食事の大切さを学ぶために企画しました。メニューを検討する際、玉ねぎとピーマンの多さに心配しましたが、子どもたちも喜んで食べている姿に安心しました。食育についての楽しいクイズにも挑戦しました。食生活改善推進委員 大矢 洋子

◎豚肉と小松菜のまぜご飯 (4人分)

- ・お米 1合半 *1人当たりご飯 130g (お米 60g)
- ・豚バラ薄切り肉 100g
- ・小松菜 140g
- ・しょうが 15g ・ごま油 少々
- A・しょうゆ 大1、酒 大1、
 塩 小1/2、砂糖 小2/3

- ① 豚肉2cm幅、小松菜2cm長さ、しょうが千切り
- ② フライパンにサラダ油を熱し、しょうがを炒め香りがたったら豚肉を入れて色が変わったら小松菜を加えしんなりしたらAを加えさらに炒める。火を止めごま油を混ぜる。
- ③ 温かいご飯に②を汁ごと加えよく混ぜ器に盛る。

◎焼き春巻き (4人分)

- ・鮭水煮缶 1缶 ・玉ねぎ 1個 ・ピーマン1個
 - ・きくらげ(乾燥) 3g ・卵 1個
 - A・塩小1/6、砂糖大1/2 B・薄力粉小2、水大1
 - ・春巻きの皮 8枚 ・プロセスチーズ 80g
 - ・油 大4 ・リーフレタス 適量
- ① 鮭缶は水気を切り、粗くほぐす。玉ねぎ薄切り、ピーマンはへたと種を除き千切りにする。
 - ② ボウルに①、溶き卵、Aを入れよく混ぜ合わせて8等分にし、春巻きの皮に棒状に切ったチーズと一緒にのせ巻き、Bをぬってとめる。
 - ③ フライパンに油を熱し②を両面じっくりと焼き、器にレタスを添えて盛る。

《参加者の感想》

- ・就学前の子と親子で参加し、楽しく調理できました。
- ・量もちょうどよく美味しく完食できました。
- ・焼き春巻きを自分で巻くのが初めての経験でした。

アガーとは・・

海藻を原料とした植物性のゼリーの素。ゼラチン・寒天と比べて透明度が高く、ぷるんと弾力のある独特の食感になる。無味無臭なので、素材の風味を生かせる。

◎フルーツゼリー (6人分)

- ・コープアガー 8g(小2) ・砂糖 30g
 - ・水 250ml ・果汁 100%ジュース 160ml ・果物適量
- ① コープアガーと砂糖を粉のままよく混ぜておく。
 - ② 水を入れた鍋に①の半分をダマにならないように少しずつかき混ぜながら入れ、火にかける。
 - ③ 鍋を火にかけてから、かき混ぜながら溶かし沸騰後さらに1~2分よく煮溶かして火を止める。
 - ④ ③にあらかじめ人肌に温めたジュースを加えよく混ぜる。
 - ⑤ 好みの容器に果物を入れ④を流し入れ固める。



◆◆お知らせ◆◆

ふるさとまつり・どんど焼き

みなさんでお出かけください。

1月13日(日) 13:30~15:00

新潟市アグリパーク

(詳細はチラシをご覧ください)