



ベルデ Verde 9月 緑広報

NPO 法人 緑・ふれあいの家
(緑地域活動協議会)
理事長 久木 勝三
広報委員会
大阪市鶴見区緑 3-3-3
電話 (06) 6915-6333

第30回 緑・納涼盆おどり大会



今年も11か国15名の留学生と異文化交流をしました



第30回緑納涼盆おどり大会が7月22日・23日に鶴見緑地多目的広場で開催されました。今年も若井ぼん師匠の司会進行のもと、オープニングは鶴見商業高校ダンス部の皆さんが全国レベルの迫力あるダンスを披露してくださいました。緑の歌姫、青木遥さん(緑中学校2年生)の生歌で「鶴見音頭」がスタートすると1ヶ月前から船田先生始め、緑女性会民踊部の皆さんのご指導のもと一生懸命練習してきた子どもたちが浴衣・はっぴ姿で上手に楽しそうに披露してくれました。緑の盆おどりで育った子どもたちが親となり、「子どもを連れて参加しています。」と話す親子連れがたくさんおられました。親・子・孫と3世代が踊りの輪に入って笑顔で楽しんでいる姿は緑の盆おどりならではの姿ですね。宵闇が迫ってくると人出も最高潮となり、各種団体が嗜好を凝らした夜店には長い行列が出来て熱気ムンムン。毎年揃いの浴衣・Tシャツ姿で盆おどりを盛り上げてくださる各地域の民踊部等の皆さんに交じって、うれしいことに仕事帰りでしょうか、鞆を肩にかけた女性グループやリュックを背負って見事に踊る男性や女性グループ、踊りの上手な男性を手本に踊る中高生たちなど、気軽に踊りの輪に入って楽しむ姿が見かけられました。より多くの人が踊りたくなる盆おどり大会にするために会場でアンケートをお願いしたところ皆さん快く回答してくださいました。その中で「踊りたいが踊り方がわからない、輪の中に入るタイミングが難しい」という声や「練習タイムがあれば踊りやすい、パフォーマンス賞があると楽しい」等の回答がありました。一番多かったのは「盆踊りの雰囲気が好き」。これからも、もっともっとたくさんの方に踊って頂きたいですね。



緑の歌姫 青木遥さん



この日のために練習してきた子ども会のみなさん



匠巻のダンスパフォーマンス 鶴商ダンス部のみなさん



揃いの浴衣で優雅・艶やかな緑女性会のみなさん



夜な夜な
広報さん 考え中!



岐阜県郡上八幡市の『郡上踊り』

読者の皆さま、緑・納涼盆おどり大会は楽しんでいただけましたでしょうか。この祭りでの楽しみ方は、踊りに参加、夜店巡り、友人との語らいなど、人それぞれでしょう。会場は溢れんばかりの人々で毎年大変賑わっています。一方私たち運営スタッフはその忙しさの中、仲間と一緒に祭りを盛り上げる楽しさを実感しながら2日間を過ごしています。盆おどり大会を開催する意義や盛り上げ方には色々な視点がありますが、今回広報委員会では、「踊る」に焦点を当ててみました。実は私には憧れの盆踊りがあります。それは岐阜県郡上八幡市で開催される「郡上踊り」です。400年の歴史を持つこの盆踊りは、毎

年7月中旬から9月上旬の間、33夜開催され、中でもお盆の4日間は夜明けまで踊る「徹夜踊り」なるものもあり、特にその日はいろんな地方から踊りに来るようで、緑地域の方も踊りに行った事があると聞いています。そして特筆すべきは、観客よりも圧倒的に踊っている人の方が多いということです。老若男女入り乱れ踊る列には、初めての方でも気軽に入れる雰囲気があり、周りの人が笑顔で教えてくれるその姿に、また人が誘われ……。素晴らしい伝統文化が引き継がれています。

さて、我が街緑を振り返ってみますと、地域には神社やだんじりは無く、伝統的なお祭りもありません。そこで「この盆おどり大会を緑地域の祭りとし、盛り上げていこうと頑張ってきたんだ。」と諸先輩方から聞きました。近年の盆おどり大会の現状は、小学生は踊っているけど、その子たちが中学校、高校に進学するとなかなか踊らない。20代は結構少なく、30～50代の多くは一部の子どもの保護者で、それ以外は踊り子さんか高齢の方のようです。若い世代が比較的多い鶴見区ではありますが、少子高齢化は確実に進んでおり、このままではこの盆おどり大会も衰退してしまうかもしれません。

今、広報委員会では、「見ていて楽しい盆おどり」、「見ていると踊りたくなるフレンドリーな雰囲気づくり」、「若い世代も楽しんで踊れる」、「独り立ちした人が緑に帰省した時に気軽に踊れる」、「踊りの列の中での出会いや再

会」、「来年が待ち遠しいと思えるものにするには？」などをテーマとし盛り上がっています。幸いにも緑の盆おどり会場は、囲みのないオープンスペース。誰もが気軽に立ち寄り、参加できる地の利を活かさない手はありません。本文右側の写真にもあるように、仕事帰りに気軽に踊る姿を更に増やしたいものです。委員会でこの話を始めると皆の会話が止まりません。それは、この緑地域に住む人たちが誇りに思えるお祭りにしたいからであり、そこにやりがいを感じているからです。

と、ここまで書いたこの私、鶴見音頭すら踊れないんですけどね(笑)



広報委員長 宗廣哲明

緑・納涼盆おどり大会にて

第42回 鶴見区民まつり



緑のお店は
鶴見スポセン前
あたりです!

祭

日時：9/11(日) 10時～15時

場所：鶴見緑地ハナミズキホール一帯

行事予定(9月～10月)

開催日	行事名	開催場所
毎週日曜日	日曜ふれあい喫茶	緑ふれあいの家
毎週水曜日	子ども見守り隊	通学路要所
毎週木曜日	緑ふれあいランチサービス	緑ふれあいの家
毎週火・木曜日	緑ふれあいトレーニングハウス	グリーンランドみづき 他
毎月第3火曜日	囲碁・将棋友の会	緑ふれあいの家
毎月第3木曜日	子育てサロン	緑福祉会館
毎月第4木曜日	ステップ教室	緑ふれあいの家
偶数月第2土曜日	緑いどばたクラブ	緑ふれあいの家
奇数月第4日曜日	地域一斉美化活動	緑地域全域
適時	地域防犯パトロール	緑地域全域
9/11(日) 10:00～	第42回鶴見区民まつり	鶴見緑地
9/19(祝)	敬老祝賀会	みどり小学校講堂
9/24(土) 14:00～	交通安全大会	関目自動車学校
9/25(日) 9:00～	区民バドミントン大会予選	鶴見スポセン
10/2(日)	みどり小学校運動会	みどり小学校校庭
10/10(祝) 10:00～	青少年カーニバル	緑地中央噴水前
10/15(土)	みどり小学校40周年記念式典	みどり小学校講堂
10/23(日) 9:00～	区民ソフトボール大会	緑地コミュニティ広場
10/28(金)	Jr.防災リーダー養成講座	未定
10/29(土)	緑地域防災訓練	未定

知って得する
カラダの話

最大の骨、最小の骨

ヒトの骨はいくつ? 全身の骨の数はいくつあるのでしょうか? 正解は206個です。全身にある200個あまりの骨のうち、最小の骨は頭の中にあります。頭の骨の中に、鼓膜で受けた音を拡大して奥に伝える働きをする耳小骨と呼ばれる骨が埋まっています。耳小骨にはツチ骨、キヌタ骨、アブミ骨の三種類があり、このうち乗馬をするときに足をかける遺具の「あぶみ」によく似た形のアブミ骨が最小の骨です。では、最大の骨はどこにあるのでしょうか? それは大腿骨という太ももの骨です。ところで、206個ある骨のうち、背骨の骨は首から腰まで24個あるのですが、生まれつき23個や26個の人がいます。この差は腰骨の数の違いが多く、約20%の人がいるそうです。手術を必要とすることではないですが、腰骨の数が多くても少なくても腰痛になる可能性は高いと言われています。気になる方は一度チェックして、腰痛になりにくい体作りを心がけましょう。

五十肩かな?と思ったら・・・

まず五十肩とは通称で正確な病名ではありません、正確には【肩関節周囲炎】というものです。この病名からわかるように、肩関節の周囲が炎症を起こしている状態をさします。

この炎症が起こっていると、

- 腕をあげ難い
- 夜中に肩が痛む
- 服の脱ぎ着がしにくい

などの症状が現れます。このような症状がある場合に、一般の方はすぐに『私【五十肩(肩関節周囲炎)】になったみたい』と話されることが多いようです。

ちょっと待った!! あなたが今【五十肩】といっている肩の状態は“本当の”【五十肩】ですか? 先にあげたような症状が出ているからと言って、年齢的に決めつけず、専門家に相談して判断をしてもらってください。肩の痛みを発現させてしまうものの中には、『腱板不全損傷』や、『石灰沈着性腱板炎』などの整形外科での治療が必要な場合も含まれます。

外科的な治療が必要ない場合には、病院任せではなく、自分でできる治療もあるので、リハビリと併用して自主トレをしましょう。最も有名なのは【コッドマン体操】という腕をまわす運動です。

次回は、そのコッドマン体操をご紹介します。

整骨院むねとも

移転しました。

鶴見区緑1-14-2-112



宗友宏行先生

NPO 法人 緑・ふれあいの家 ホームページ

<http://midorihureainoie.jimdo.com/>

フェイスブック・ブログもあります。ホームページからご覧ください。

本紙へのご意見・お問い合わせは、NPO 法人 緑・ふれあいの家へ
直接お電話いただくか、HP のお問い合わせフォームからお願いいたします。