

吉田 稔 筆

みんな元気 住んで良かった この地域

令和7年10月 No. **154**

●編集・発行

柏市増尾地域ふるさと協議会
(土地区社会福祉協議会)

〒277-0033
柏市増尾三丁目1番1号
増尾近隣センター内

☎ 04-7174-7211



サロンつちのこ ミニ夏祭り

サロンつちのこは、7月26日(土)に「ミニ夏祭り」を開催しました。子ども39名、保護者8名、先生2名、ボランティア16名(内、中学生1名)の合計65名の参加がありました。

屋内ではテーブルカーリング、ストラックアウト、輪投げの3種目を行い、それぞれ合格点に達すると景品のお菓子がもらえます。失敗しても何度でもチャレンジできるので、最終的には全員がお菓子をゲットしました。屋外ではスタッフ手作りの竹筒水鉄砲に挑戦し、薄紙にぶら下げたお菓子を、撃ち落として手にしました。わたあめコーナーは大人気で、長い行列ができました。

サロンつちのこは、増尾地域ふるさと協議会地区社協部の多世代交流コミュニティー事業の一環で、文字どおり赤ちゃんからお年寄りまで地域の方はどなたでも参加

できるサロンです。原則として、毎月第3・4土曜日13時から15時まで、土小学校第4校舎1階多目的室で開催しています。ハロウィーンやクリスマスなど季節の行事や手芸・工作講座、スポーツ・ゲーム大会など「とびっきりの居場所」をテーマに活動しており、定番の催し以外にも、7月19日(土)には、初の試みで「バルーンハウスづくり」を行い大盛況でした。スケジュールや行事の様子をホームページに掲載していますのでぜひご覧ください。

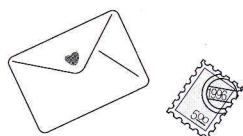
サロンつちのこ ボランティア



やった！ 高得点



わたあめ名人



私の町会・自治会だより

皆さんの町会・自治会を紹介していくコーナーです

増尾日立自治会

当自治会の成り立ち、1966(昭和41)年、当時の日立が宅地造成し分譲したのが始まりで、ボツボツと戸建てが建ち始め、数年を経て60世帯程までになりました。古参の人の話では、昔の県道51号線は未舗装で雨が降るとぬかるむため、長靴で最寄り駅まで行き、その長靴を駅のベンチの下に置いて、革靴に履き替えて通勤していたそうです。何とものんびりとした時代だったようです。

それから数年経った頃、増尾町会から独立して増尾日立自治会を設立し現在に至っています。歴代の会長はじめ役員の方々は、側溝の整備について市と交渉をするなど、何かと苦労が多かったようで

す。今はそのお陰で比較的きれいな環境が維持できています。

とはいえ、ほとんどの住民が
増尾西小学校 増尾日立自治会
80歳代で他の町会同様、支える側も支えられる側も
後期高齢者という厳しい現実があります。世帯数も
50数世帯と少なくなり役員のなり手が少なく、毎年
同じような顔ぶれになってしまうことが、頭の痛い
且つ深刻な問題です。ただ若い世代の世帯も少しず
つ増えていることが、一筋の光明でもあります。

今後、自治会運営をどう進めていくのかという重い課題に、会員とのコミュニケーションを密にして向き合っていきたいと考えています。会長 久保田 順



第2回市民講座 文化体育部主催 自分の身は自分で守る小さな一歩

7月20日(日)、増尾近隣センター調理実習室に19名の参加者を迎えて文化体育部主催「第2回市民講座」を実施しました。今回は電気、ガス、水道などが使えなくなった時に、家庭の卓上コンロでも温かい料理ができる「お湯ポチャ料理」と、外出時に震災などに遭遇した時に便利な「もしもバッグ作り」を体験しました。「お湯ポチャ料理」の指導は、「松戸友の会」逆井支部増尾地区7名(リーダーは綿貫幸枝さん)の方々をお願いしました。

「お湯ポチャ料理」とは、鍋にお湯を沸かし高密度ポリエチレン製の袋(湯煎調理OKと表示してあるもの)を使用した湯煎料理のことです。今回、皆で作ったメニューはご飯、肉じゃが風ツナとジャガイモの煮物、蒸しパン、スパゲッティの4種類。

お湯ポチャ料理の一番のコツは、ポリ袋に入れた材料をしっかり押さえて空気を抜き、袋の上の方でキュッとしっかり閉じることです。食べる時はポリ袋の上の方を切り、そのまま器の中に置いて食べると食器は汚れません。鍋のお湯も何度も使える料理法です。完成後、グループ毎に試食、友の会の方々が作ってくださったあべかわ餅も食べて、お腹いっぱいになりました。

「もしもバッグ」は、水に濡れても大丈夫な小さいバッグに軍手、洗濯ばさみ、マスク、冷却シート、メモ用紙、サインペン、羊羹、飴などから5点を選んで作りました。家に持ち帰り、自分流の「もしもバッグ」を完成させれば万全です。

文化体育部 小林 みつえ

蒸しパン

- 材料** ●ホットケーキミックス50g
(具材がフルーツ缶の時)
- フルーツ缶50g
水とシロップあわせて50cc
(具材がベーコンの時)
 - ベーコン20g
 - 細かく切った玉ネギ20g
 - 水50cc弱
 - マヨネーズ大さじ1

- ①ポリ袋にホットケーキミックス、好みの具材を入れよく混ぜて形を整える
- ②中火で10分お湯ポチャ。途中で上下を返す
- ③火を止めて10分蒸らし、袋を広げて蒸気を逃がす

※材料はすべて1人分です

ご飯

- 材料** ●米80g ●水100~120cc

- ①米と水をポリ袋に入れ空気を抜いて30分浸水
- ②鍋に半分程度の湯を沸かし底に皿を敷く
- ③沸騰したお湯の中に①のポリ袋を入れ、中火で20分お湯ポチャ
- ④火を止めて10分蒸らす

あべかわ餅

- 材料** ●餅1コ
- 水大さじ2弱
 - きな粉(砂糖、塩少々混ざしておく)

- ①餅と水をポリ袋に入れ、中火で5分お湯ポチャ
- ②2分蒸らす

肉じゃが風ツナとジャガイモの煮物

- 材料** ●ジャガイモ50g ●玉ネギ50g
●ニンジン15g ●ツナ缶小1/2缶
●白だし小さじ1

- ①野菜は薄めに切る
- ②ポリ袋にすべて入れ混ぜる
- ③空気を抜いて鍋に入れ、中火で20分お湯ポチャ
- ④火を止めて10分蒸らす

スパゲッティ

- 材料** ●スパゲッティ50g ●水100cc
●オリーブ油小さじ1 ●市販のソース

- ①半分に折ったスパゲッティ、水、オリーブ油をポリ袋の中で軽くもみ、広げる
- ②スパゲッティの茹で時間プラス2分位お湯ポチャ
- ③途中お湯の中で袋の上からほぐす
- ④容器に広げ、好みのソースをかける



食材の
仕方は？
入った
ポリ袋
の上手
な湯煎
の注目
です

二人でクッキング 毎年定員超えの大人気 地区社協部

地区社協部主催の夏の恒例行事「二人でクッキング」が、8月3日（日）増尾近隣センター調理実習室において行われました。学校や学年が違ってお友だちと一緒に協力しながら作るのも特徴です。

メニューは「もちもちベーグル」「スモア」と「ラッシー」。人気メニューのためか、募集開始の日にあっという間に定員の12組に達しました。

事前にPTA役員、消費生活コーディネーター、主任児童委員、地域サロンの運営やボランティア活動をしている方々もスタッフに加わっていただき、準備から試作まで行いました。

暑い中、参加の皆さんが調理実習室に集まり、本日のメインの「もちもちベーグル」からスタート！ ボウルに強力粉とイースト・砂糖・塩・ぬるま湯を入れてこねるのですが、最初は手にべとついた生地も10分位こねると手から離れてつやつやした生地に変身、色々な工程を経て焼きあがったベーグルは、最初の大きさから2倍以上になりました。もちもち、つやつや、いい匂い、とて

もおいしそうにできました。「スモア」はキャンプなどでも作るマシュマロを使ったお菓子。少し焼いてトロツとしたマシュマロとチョコをクラッカーに挟んで出来上がり。「カップサラダ」はドレッシングを手作り！ 最後に野菜とドレッシングをシェイクして食べます。おまけで作った、牛乳とヨーグルトを混ぜて作る「ラッシー」も完成。どのメニューもおいしく出来上がり、楽しい試食タイムになりました。親子での夏休みの思い出の1ページになったことでしょう。

「普段、パンをこねたりすることがなかったので、すごく楽しそうにこねる姿が印象的でした」「家ではなかなか作らないメニューを娘たちとチャレンジできていい思い出になりました」などの声をいただきました。

地区社協部 風間 理恵



つやつや・もちもちベーグル、出来上がり

踊る



お待ちかねのヒーロー登場に子どもたちは大興奮（松野台自治会7/12）



初めての子ども神輿に子どもたちはワクワクドキドキ（増尾町会8/16・17）

2025夏

担ぐ

太鼓の響きに心が踊ります（加賀町会8/30）



打っ

猛暑を避けて6月に ちびっこ体操教室 文化体育部

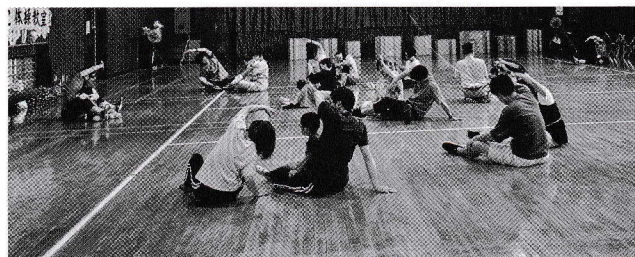
例年7月に増尾近隣センター体育室で開催していた文化体育部主催「ちびっこ体操教室」を、今年は猛暑を避け6月8日(日)に行いました。

子ども14名、付き添いの両親やおじいさん16名、部員10名は、毎年指導してくださる石原由紀子先生と楽しい時間を過ごしました。

親子のスキンシップを取りながら、遊びとも体操とも言えない動作を石原先生のたくみなリードで、最初は緊張していた子どもたちも声を上げ、汗をかきながら1時間半、楽しく動き回りました。もちろん、給水タイムも何回か取り、無理なく安全に。

この教室では、毎回楽しんでいる親子の写真を撮り、その場でプリントしておみやげと一緒に差し上げています。帰りには、私たち部員とすっかり打ち解けて下さった親子がいっぱい手を振ってくれました。

文化体育部 山岸 めぐみ



先生の動きに合わせて、大きく手を曲げて

QRコード活用術 ICT講習 受講

今日のICT(情報通信技術)機能には目覚ましい発展があります。一部でもマスターをし、その便利さをふるさと協議会にも取り入れたいと7月7日(月)に柏市のICT活用促進事業を利用し、執行部のメンバーで「QRコード活用講習」を受講しました。

まずは、QRコードでの出欠取りまとめ術を学び、イベントでの出席確認に活用して、事業実施に際し負担軽減を図っていきます。今後は、こうしたICTを取り入れながら従来のやり方も続け、皆さんが参加しやすい情報提供をしていきます。

総務広報部 青柳 直樹

ふるさと協議会からのお知らせ

- 10月5日(日) 健康づくり教室
 - 10月10日(金)・17日(金) アロマ講座
 - 10月25日(土) 地域ふれあいのつどい
 - 10月25日(土)～26日(日) 文化祭
 - 10月25日(土)～26日(日) 防災パネル展
 - 11月8日(土) 防災勉強会
 - 11月10日(月) ハンドトリートメント
 - 11月16日(日) ちいき探検ウォーキング
 - 11月30日(日) つくってあそぼ
 - 12月2日(火) ハンドトリートメント
 - 12月14日(日) 年末防犯パトロール
- ※詳細は、回覧、チラシなどでお知らせします。

『ふるさと』153号に掲載の「令和7年度柏市増尾地域ふるさと協議会 役員・部員」を下記のように追記と訂正をさせていただきます。

(追記)

所属	役職	氏名	選出団体
総務広報部	部員	栗原俊彦	新柏二丁目第一自治会会長

(訂正)

所属	役職	氏名	選出団体
文化体育部	部員	眞鍋宗孝	新柏二丁目第一自治会

蛍火の森に215名 ホタル見学会 文化体育部

6月27日(金)、文化体育部主催「ホタル見学会」を開催しました。午後7時、増尾近隣センター前に参加者、文化体育部員、総勢215名が集まり、7時20分に増尾の森へと出発しました。

現地で「柏木ホタルの会」会長の佐野泰如さんのお話を聞き、いよいよ見学です。増尾の森で見ることができるホタルはヘイケボタルです。毎年、ホタルの会の方々捕獲し、産卵・孵化させ飼育をして放流することで見ることができます。今年は例年より飛んでいるホタルの数が多く、参加の皆さんは大喜びでした。

私は、出口担当でしたので、見てこられた方々の「光るホタルはきれいでした」「たくさん飛んでいてうれしかった」などの感想が聞くことができ、うれしくなりました。暑い夜でしたが、「ホタル見学会」を皆さんに楽しんでもらって良かったです。文化体育部 川城 恵子

ボランティア募集中

障がい者福祉施設で、毎月第2・第4水曜日、午前9時30分から12時まで、簡単な作業(園芸、手芸他)のお手伝いをしてくださる方を募集中。

地区社協部 田嶋(TEL 7172-4683)まで、お問い合わせください。