



催し

第34回市民健康ラジオ体操大会

3日回(雨天は10日回) 6:10~7:00狛江駅北口噴水前。ラジオ体操、みんなの体操で健康家族。ポケ予防に役立てよう。200人に参加賞あり。無償。狛江市ラジオ体操会連盟。090-9687-9983 FAX5429-6465 荒町

レッツダンス狛江

3日回・10日回・24日回 13:10~16:10中央公民館地下ホール。初心者、1人参加可。ミキシングとトライアルあり。ダンスシューズ¥400円。狛江ソーシャルダンスサークル。090-9363-8332 佐々木

子育ては楽しい 子育てにホットTime

5日回・12日回・19日回・26日回 10:00~14:00あいとぴあセンター。子育て上手はおしゃべり上手。みんなでワイワイガヤガヤ集います。相談にも応じます。乳幼児と保護者。無償。NPO法人ファミリー・コンサルタント協会。090-9363-7786 info@familyc.net 鶴留 http://www.familyc.net

過去帳の歴史

9日回 15:00~17:00

泉龍寺仏教文庫。日本仏教において発達した過去帳の歴史と特徴。史料としての貴重性と問題点。講師は菅原昭英さん。資料代200円。泉龍寺仏教文庫運営委員会。090-3480-2114 菅原

70歳以上のパソコン勉強会

10日回・24日回 13:00~16:00こまえシニアサロン(和泉多摩川駅前商店街)。今月はインターネットの活用です。ゆっくり楽しく脳元気を。パソコン、iPad。2回とも出席できる人。先着5人。¥2,000円(2回分)。1日回。9日回。iPad愛好会in狛江。090-2305 terubo122@gmail.com 大久保

ブルーベリーとハーブのフラワーデザイン

11日回 14:00~16:00田中央(和泉本町1-33-3)。朝摘みのミントやブルーベリーの小枝で香りのフラワーデザイン。初めての人も可。持花ばさみ。6人。¥3,000円。締切8日。花の会。090-3961-5124 FAX050-1521-4448 flora_riki@yahoo.co.jp 倉田

狛江おもちゃ病院

14日回 10:00~14:00あいとぴあセンター3階ボランティア室。動かない音

がでないなど壊れたおもちゃをおもちゃドクターがボランティアで治しています。壊れたおもちゃ。無償。狛江おもちゃ病院。090-3480-3615 FAX3430-9779 新田 http://toyhospital-komae.jimdo.com/

うたごえステーション

18日回 17:00ミートステーション(東和泉1-20-4)。アコーディオンとギターの生伴奏で、お酒片手に、ギューギューづめで歌い交わしましょう。¥500円(飲食は別会計)。みんなのうたごえ広場。090-9808-2810 FAX3489-6684 akira-kuma@nifty.com 大熊

地域とふれあうシルバー感謝デー

23日回 10:00~14:00供養塚児童公園(シルバー人材センター斜め前)。手作りイベントを開催。輪投げ大会、かき氷、焼きそばなど。無償。公益社団法人狛江市シルバー人材センター。090-3488-6735 森田

カラオケこもれび第4回発表会

24日回 13:00(開場12:30)~16:30西河原公民館ホール。カラオケこもれびの歌仲間による熱唱の発表会。無償。カラオケこもれび。090-3489-2075 米山

遊印づくり

25日回 13:30~15:30中央公民館第3会議室。残暑見舞いに自作の遊印を添えて友人へ送りましょう。15人。¥1,000円。資料代500円。龍の会。090-1920 武居

心の病、家族相談と施設説明会、交流会

○相談=26日回 10:00~12:00。心の病についての相談を受けます。○説明会と交流会=26日回 13:30~16:00各施設の説明会と交流会を行います。共にカレーショップメイ。心の病を持つ当事者または家族(説明・交流会は関心のある人可)。無償。狛江さつき会。080-9275-2090 安藤

初心者カメラ講座

28日回 10:30~12:00コミュニティサロンさくら(個人宅)。ママさんカメラマンに学ぶ。自分のカメラの機能を知って、写真の世界をもっと楽しもう。ミラーレスカメラ、一眼レフカメラ。対

女性。先着5人。¥1,500円(講師代、飲み物・菓子付き)、資料代500円。4日回~26日回。コミュニティサロンさくら。090-8588-8427 Mpekoapoko@hotmail.com 濱田

はじめての遺言相談

30日回 13:00~17:00泉の森会館2階小会議室。ゆっくり話をうかがい遺言書のポイント整理をします。エンディングノートも可。先着5人。資料代500円。締切開催前日。遺言を考える会。090-6480-3930 FAX5426-1316 北条

お家で簡単イタリアン

31日回 9:30~12:00西河原公民館地下料理実習室。冷製パスタ・ジェノベーゼとシーザーサラダの2品。子ども(年長以上)も参加できます。男性も可。おふきん、エプロン、筆記用具。先着10人。¥2,500円。子ども1,000円。締切29日。Prima cucina。090-7738-4143 金森

研修会「これって虐待??」

9月6日 13:30~15:30あいとぴあセンター4階講義室。パサージュ稲城施設長の山本あおひさんを講師に迎え、社会に潜む虐待のメカニズムについて学ぶ。¥500円。NPO法人バリアフリーセンター・福祉ネット「ナナの家」。090-5438-2773 FAX5438-2774 net7@sk2.so-net.ne.jp 中村 http://www.nananoie.com/

第2回シニアテニス教室

9月9日回・9月10日回(予備日12日回) 10:00~12:00元和泉市民テニスコート(雨天時は狛江市民総合体育館会議室)。ソウル五輪代表・倉光哲さんの指導で本格的に学べるチャンス(都体協主催のシニアスポーツ振興事業)。ラケット、飲み物。市内在住の主に60歳以上(50歳代も可)。定員35人。無償。抽選。申込用紙(狛江市民総合体育館、元和泉及び東野川市民コートで配布)を狛江市体育協会(FAX3480-6211)へ。窓口受付は行いません。締切8月7日。困。狛江市硬式テニス協会。090-3430-6810 Msakuyura@ozzio.jp 山口

夏バテ防止に効果、開花から4~5日で収穫

オクラ

独特のネバネバが特徴のオクラは、コレステロールの減少や整腸作用、夏バテ防止など多くの効果を持った健康食品として注目を集めている。

市内では多くの農家が栽培しており、猪方の栗原繁さん(67)は2,000株余りのグリーンソードという品種を栽培、マイズ農協、市内外のスーパー、レストランなどに出荷している。

栗原さん方では、霜の害を防ぐため他の農家よりやや遅めの5月上旬に種子を



まいて育て、7月中旬から9月下旬にかけて収穫する。

最初に肥料を十分に与えれば栽培はそれほど手がかからず、風通しを良くするために葉の選定を行う程度だという。開花して4~5日で



初優勝したハートフルおやじファミリー号。右は前年優勝のチーム・ラフティ

手作り80艇が川下り多摩川いかだレース

手作りいかだでスピードやアイデアを競う狛江古代カップ第24回多摩川いかだレース(狛江古代カップ第24回いかだレース実行委員会主催)が7月13日に催された。

このレースは多摩川に親しみ、他の地域の人と交流しようとする毎年催されているもので、市内をはじめ多摩川流域などから80艇のいかだが参加した。多摩川五本松付近から5~7艇ずつ12グループに分かれてスタート、約1.3キロ下流の宿原原せき手前のゴールをめざし川を下った。

いかだの中にはアニメ映画に登場する氷の城、こま井逸品コンテストにちなんだ井、招き猫、カモノハシのゆるキャラ、家や車などアイデアに富んだものもあった。また、狛江市の「子育てねっと」のキャラクター枝豆王子やワニなどの仮装をしたり、シャボ

ン玉を飛ばしたり、歌や踊りのパフォーマンスを披露するチームも見られ、観客から盛んな声援や拍手が送られていた。

レースの結果は、タイム部門でチーム・ラフティの13連覇を阻んだハートフルおやじファミリー号が、昨年の優勝タイムを57秒上回る10分6秒で念願の初優勝を果たした。企画部門では、大きな招き猫のいかだで参加した東京土建多摩西部支部青年部が最優秀企画賞を獲得した。

初のピアガーデンに人気野菜の即売にも長い列

いかだレースが催された7月13日、ゴール地点の表彰式会場付近で、初めて「こまえ産枝豆ピアガーデン」が開設され、人気を集めた。

狛江市観光協会が特産の枝豆と野菜をPRしようと狛江市GAP研究会や狛江市酒販組合



にぎわうピアガーデン

できた実を収穫する。結実は生長に応じて株の下から上へ移るため、株の高さが2メートル近くになる収穫期の終わり頃には実を採るのに苦労するという。

選ぶ時は、切り口が白く、全体が鮮やかな緑色をしているものが良い。また、表面の毛が多いものが新鮮。

栗原さん方は江戸時代から続く農家で、米作りや野菜の栽培を行い、市場に出荷してきた。繁さんは32歳でサラリーマンを辞めて農業を継ぎ、約20年前から主に

マイズ農協へ出荷するほか、市内の小学校と保育園の給食用にも供給している。現在は約55アールの農地で妻と姉と一緒に主に枝豆、トウモロコシ、タマネギ、カリフラワー、キャベツなどを栽培している。狛江GAP(農業生産工程管理)研究会に所属する栗原さんは「新鮮で安心できるおいしい野菜を提供して喜んでもらえるよう努力していきたい」と話している。

たが、フルーツやオーボエを希望した子はなかなか音が出ず、何度も挑戦、音が出ると大喜びしていた。

練習に続いて子どもたちと音楽家が「ラデツキー行進曲」を合奏。演奏が終わると歓声を上げていた。子どもたちからは「もっとやりたい」と希望する声が多く、川崎貴志校長は「前の週に行われたクラシックコンサートで聴いた曲の一部を子どもたちが自分で演奏するという貴重な体験ができた。子どもたちも喜んでいたので、来年もやりたい」と話していた。JEEMの鴨志田怜代表理事は「初めて催したが、子どもたちがすごく熱心で喜んでいたので良かった」と話し、「私も狛江市出身なので、他の学校でも体験会を催すなど、狛江を拠点に活動していきたい」と意欲をみせていた。問い合わせは090-3696-3255 JEEM。

この日は体育館で、6年生84人が学級ごとにチェロ、ヴァイオリン、オーボエ、クラリネット、フルートの演奏を体験した。始めに音楽家から希望する楽器の特徴などについて説明を受け、持ち方など初歩的な技術から手ほどきを受けた。子どもたちは初めて触れる楽器に目を輝かせながら真剣な表情で指導を受け

たが、フルーツやオーボエを希望した子はなかなか音が出ず、何度も挑戦、音が出ると大喜びしていた。

練習に続いて子どもたちと音楽家が「ラデツキー行進曲」を合奏。演奏が終わると歓声を上げていた。

子どもたちからは「もっとやりたい」と希望する声が多く、川崎貴志校長は「前の週に行われたクラシックコンサートで聴いた曲の一部を子どもたちが自分で演奏するという貴重な体験ができた。子どもたちも喜んでいたので、来年もやりたい」と話していた。



チェロの演奏法を習う子どもたち