

広報
第26号

上野東部だより

2013年12月1日
発行
東部地域住民自治協議会
総務広報部会
伊賀市緑ヶ丘本町1681-8
上野東部地区市民センター内
TEL・FAX 24-3999



“笑いヨガ” 体験記

9月26日、緑ヶ丘東町のビル内で“笑いヨガ”的セミナーが開催されるというので、参加させてもらいました。講師は、総務広報部会員の藤川直紀さんとアシスタントの男性、参加者は、依那古や木興町からの人等合わせて9人。ほとんどが初体験だそうです。緊張気味の中、はじめました。

始めに“笑いヨガ”はインドの医師マダンカタリアさんが、約100年も前に考案したものだそうです。笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせたもので、歩きながら、家事をしながら、その時々の場面を想像しながら手拍子を打ち、「イーゾ、イーゾ」と大声を出し、両手を頭上で大きく広げ「ワッハッハ」と笑う。初めはぎこちなかつたのですがだんだん雰囲気に慣れ、藤川さんの巧みな話術と共に引き込まれていきました。

「自然な笑いは分かるが、あえて創り笑いをすることでストレスになりませんか?」「創り笑いも自然

な笑いも健康上は同じ効果です」と。笑いによって健康な人は、ますます病気になりにくい身体になり、病気を抱える人は身体の酸素濃度が適切に維持されて免疫力が向上し、病気の予防や改善に役立つということです。

“笑いヨガ”的ポイントは常に遊び心を持つということです。ストレス社会の現代、笑う機会が少ないように見受けられます。私たちに今、必要なものは笑いなのです」と。

参加の一人は、「友達に誘われてきたのですが、参加して本当に良かった」と明るく言っていました。確かに笑うことは、自分だけでなく周りの人も樂しくなります。一日24時間、笑いをたくさん増やし感動の人生を楽しく生きようと思いながら会場を後にしました。

〈取材：鷹森由紀子〉

問い合わせ先0120-213-776 (有)アイディー内 藤川直紀さんへ。なお、ボランティア登録されています。

『地域の力が命を守る』と



10月27日9時30分から、市長も出席し五百数十名が参加して、第6回東部地域住民自主防災訓練が開催されました。あいにく緑ヶ丘中学校のグラウンドコンディション不良のため東小グラウンドに変更しました。

開会式に先立ち9時前後に田端、緑5町の6自治会がそれぞれに『要介護者』を乗せたリヤカーを守りながら挺団（ていだん）を組んで出発しました。



バケツリレーにもルールがあるよ

消火栓が使えないときはバケツリレーで消火活動をします。「たかがバケツリレー、されどバケツリレー」とルールがあること。そして、地域力が問われます。

まず、背中合わせに2列に並びます。一方の列は、水を入れたバケツをリレー、他方の列は空のバケツをリレーします。

- ① 水を汲んだ人は片手または両手（片手でバケツの取っ手、空いた方の手は底に手をあてがう）で次の人に
- ② 次の人は、両手で取っ手を握って受け取り次の人に
- ③ これの繰り返しで最後の人は火元へ水をぶちまける
- ④ 空になったバケツをもう1列の人が水汲み場へ順次返して行く
はじめに消防団員からこれらの説明を受けて「用意ドン」。

リレーしていた3歳、5歳の女の子は「重たかったわ」と一緒にがんばっていたパパにニッコリ。「ああしんど！けど工工経験した」と小3の男の子とパパ。（いずれも平野）

帰ったら早速家具を固定しこ

地震体験車（起震車）で震度6の揺れで床に腹ばいになっていた婦人は「今まで他所事（よそごと）のように思てたけど、地震はいつ起こるか分からへんさかい、命を守るために早速家具を固定しこ。命あっての物だね」と。（緑本町）

自主防災訓練

防災訓練2013

人口呼吸の経験あっても 臨機応変に動けるかが問題

心肺蘇生は「その場その場でみんな違うので実際に落ち着いてどう動けるかが力」とは服部の妊婦さん。



毛布を利用して担架に早代わり

毛布を縦長にして両端を竿に巻きつけて担架にする体験をしていた中2男子の同級生たちは「工工こと覚えたわ」「でも巻きつけるのはちょっと難しいかも」と言いつつも参加してよかったですと感想を話していました。(田端、緑本町)



煙体験は、床を這って逃げるのだから 障害物があった方が実践的

何にもないテントの中ではうまいこと移動できたけど、家などで火災が起きたら、椅子やテーブルなどがあるのが普通だから「なんか散らばってたりした方が訓練らしいの違うか」と農人町の男性から提案もありました。



若い力を存分に発揮! 大活躍の緑中(みどりちゅう)の女生徒

炊き出しでは、炊き立てのアルファ米をお握りや弁当用ケースに詰める作業を緑中女子バレーチーム員10人が担当してくれました。はじめは丸く握るのがやっとだったのが必死のパッチでやっているうちに見事な三角の握り飯が出来上がり、家(うち)では「なんにもしたことがない」「お母さん任せ」と言っていた生徒さんの奮闘振り、そして「やりがいあったわ」との感想にそばに付き添って見守っていた先生方も目を細めしていました。



そのほか湯沸し、弁当仕分けなど520食分の炊き出し班を担当してくれたみなさんに紙上をもって感謝の意を表します。

(取材・杉本秀行／写真・田山千城)



わが町 緑ヶ丘西町

住環境に恵まれた街を全住民が協力して盛り上げる



今高一三自治会長

私たちの緑ヶ丘西町は、昭和42年の町の区域変更に伴う緑ヶ丘5町の区域設定により発足した町です。とりわけ、その5町の中でも、西側に位置し、市街地に最も近いため、市街地にある大型量販店（大型スーパー）、老人保健施設や総合病院に隣接した、たいへん便利で住みやすい地域で、町内には、青果加工流通センターや酒造工場、伊賀白鳳高校がある他、一部従来からの農地を除き、ほとんどが住宅地となっています。

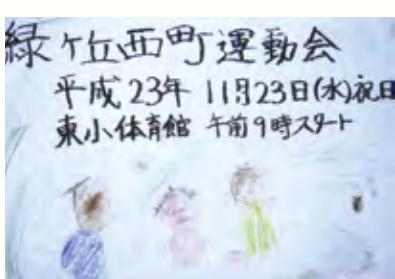


自治会活動としては、他の自治会と同様に、「安全、安心」の住みよい街づくりをめざし、防災、防犯、交通安全活動や町民の親睦、教養、体育の向上、児童・老人等の福祉活動などを行っており、特に毎年行っている具体的なものとして、町内の一斉清掃や年末夜警、敬老会や町民親睦会（旅行又は運動会）の実施などがあります。

中でも特筆すべき当町の自治活動の特徴としては、こうした活動を補完する部会やボランティア任意団体の活動があることです。すなわち、当町では、自治会の中に5つの部会（体育部、婦人部、広報部、児童福祉会、老人クラブ）を設けており、さらに地域内で2つのボランティア団体（更生保護女性の会、ふれあいの会）が活動しています。



炊き出しや運動会等活発な活動



その活動のうち会員等を対象とした本来の活動を除き、自治会活動を補完し、住民を対象とした活動の主なものを挙げてみると、婦人部は、防災訓練の炊出しや自治会が実施する敬老会への協力、体育部は市民スポーツフェスティバルへの参加者調整の他、自治会が町民親睦運動会を行う時は、中心となり運動会を実施します。福祉会では児童福祉のための活動のほか、ふれあいの会が毎月1回実施する独居老人を対象とした食事会のうち「いきいきサロンクリスマス会」に協力、参加しています。老人クラブでは、自治会が年2回実施する町内清掃とは別に、年間2回の清掃活動の実施や町内花壇の管理などを行い、明るい街づくりに取組んでいます。また、更生保護女性の会では、月1回、町内のゴミ拾いと通学時の児童の見守り活動を行っています。さらに、年末には自治会が実施する年末夜警に、老人クラブとともに協力し、安心・安全な街づくりに貢献しています。



こうした、活発な部会やボランティア活動を通して、全住民が協力することにより、明るく住みよい緑ヶ丘西町となっています。

～「な・か・ま」とともに～

伊賀市立上野西小学校



谷口校長

上野西小学校は今年の児童数705名、学級数23クラスと伊賀市で1番のマンモス校です。今年度、上野東小学校より赴任してこられた谷口校長先生に、お話を伺った後、校内を案内してもらいました。

児童数が多いという事でもっと騒がしい賑やかな学校を想像していたのですが、どのクラスも授業に真剣に集中していて感心しました。今年のマニフェストの一つ、「なかま」とともに学びあう学校に!ということにしっかり取り組んでおられると感じました。

訪問した日は、5年生が上野

ガスの出前授業を受けていました。「エネルギーと地球温暖化」をテーマにマイナス196℃の液体窒素を使った実験に取り組んでいました。

他にも伊賀焼の専門の方による「陶芸」や点字図書館の方による「点字」等、幅広く、楽しく、興味深く、学習に取り組んでいるなあという印象を受けました。

また芭蕉翁献詠俳句児童生徒の部では、特選4名、入選58名と学校全体で取り組んだ事が認められ、三重県教育委員会賞を頂いたと校長先生はうれしそうに話してくださいました。

西小では現在、児童数の増加に伴い校舎の増築工事が始まっています。本校舎西側に2階建て5つの普通教室が増える予定です。この先まだ児童の増加が予想されること。この時期での増築で、児童が元気にのびのびと安全に過ごせる環境になることを望みます。



● 校歌ができて50年

作詞は全国的に名の知られた伊賀市小田町生まれの俳人「橋本鶴二」さん、作曲は現代音楽の分野で世界的に有名な「武満徹」さんです。お披露目は昭和38年12月8日、体育館がなかったので、隣の上野高等学校体育館を借り、全校児童1200名余が集まり、待望の「校歌発表」が行われたそうです。「そんなこともあったなあ」と思い出される方もおられるのではないかでしょうか。

当時、武満先生から「かしこまった時だけ、かしこまった歌われ方をするのではなく、いつも自分たちの歌として歌って下さい」と言うメッセージをいただいたそうで、それがそのまま今も子ども達に受け継がれ、これからも卒業生の心の中に息づいていくことでしょう。これも「伊賀の宝」の一つではないでしょうか。

(取材:藤岡智子)



「旧上野商業高校跡地利用」について

上野東部だより「第25号」で、市長と議長に対して6月3日に「上野商業高校の跡地利用」についての要望書を提出した記事を掲載しました。

その後、伊賀市は8月21日に消防本部の移転用地などとして、県から旧上野商業高校跡地を購入する計画で協議を進めていることを、市議会議員全員懇談会で説明をしました。市の計画は消防庁舎の他に、体育館と武道館、弓道場はそのまま市の施設として活用し、校舎の情報経済科棟は改修して、東部地区市民センターに転用する案が示されました。

8月29日に第3回「運営委員会」を開催し、「旧上野商業高校跡地」の整備事業計画について市の関係部署から
①市は県から用地を購入し消防本部と中消防署の庁舎移転用地に充てる。
②体育館と武道館、弓道場はそのまま市の体育施設として活用する。
③情報経済科棟を改築して東部地区市民センターに転用する。

という計画を当住民自治協議会「運営委員会」に対し概要説明が行われました。

運営委員会は、今後市民センターの改築要望をどのようにまとめていくかについて議論をし、検討委員会を設置して、その中で改築要望の原案を検討すること、人選については自治協会長に一任することで決定しました。(後日、メンバーは今高会長、服部副会長、田山参与、白井理事、半田理事、小西事務局長)

10月2日、市民活動推進課と合同で情報経済科棟の現状を見て、市の転用について検討を行いました。市民センターに改修するためには、エレベーターの設置は不可欠、1階はトイレを含めた大掛かりな水回りの改修、2・3階の室内の改装も制約は当然考えられ、築25年の建物にこれだけ多くの改修費用をかけ、さらに今後の維持管理費用等を考えると新築の方向で市に対して要望書を提出することに意見が一致しました。

10月10日に東部地域住民自治協議会の総意を要望書(別掲)にして伊賀市長・市議会議長に提出致しました。

編集後記

藤原紀香(俳優・タレント)さんも
「国民の一人としていかがなものかと
心配しています」と9月13日のブログに掲載した特定秘密保護法案が今臨時国会で審議されています。

この法案は一口に言うと言論・表現の自由、国民の知る権利を規制するものであり、特定の秘密と指定する権限は、首相をはじめ行政の長が行い、指定された秘密は永久に非公開となる場合もあるというものです。

しかも「なにが秘密かも秘密」というもので、国民の

平成25年10月10日

伊賀市長
岡本 栄様

東部地域住民自治協議会
会長 今高 一三

旧上野商業高校情報経済科棟を改修して
地区市民センターに転用する方向付けについて要望書

【要望趣旨】
8月21日、市議会議員全員懇談会に於いて旧上野商校情報経済科棟を改修して上野東部地区市民センターに転用する方向付けについて要望致します。
情報経済科棟は築25年、老朽化している箇所も随所に見られ市民センターに改修(バリアフリー)するにしてもエレベーター(三階建ての為)の設置、また1階にトイレがないので多目的トイレ等を含めての改修が必要になります。このように多くの改築等にかかる費用を含め今後の維持管理費用を考慮すれば校舎を解体・撤去をして更地にしたのち、市民センターを新築した方が望ましいと考えます。
よって、地区的要望に副った地区市民センターの新築を要望致します。

【要望事項】

1. 地区市民センター兼公民館の新築を要望します。(建築面積約1,000m²)
※ゆめが丘地区市民センターの建築面積は約660m²。
東部の人口12,537人、平成24年度東部地区市民センターの使用状況は23,569人(ゆめが丘の人口4,543人、市民センターの使用状況は8,170人)、東部地区市民センターの人口及び使用状況はゆめが丘地区市民センターの約2.8倍になります。地区市民センターの面積1,000m²はゆめが丘地区市民センターの1.5倍で決して過大な要求ではありません。
2. 地区市民センター兼公民館は、市の体育館と武道館、そして消防本部及び中消防署が隣接しており災害時の市指定避難所としての立地条件に恵まれています。災害時に炊き出し等ができる設備を備えていればコミュニティによる避難所センターとして運用が可能であり、災害時に消防本部の緊急施設として利用することもできます。
3. 地区市民センター兼公民館の今後の事業として、子育て支援、読み聞かせ教室など子どもを育む場、団塊世代の料理教室をはじめとした各種料理教室、高齢者が安心して憩える場所等が備わった施設を要望します。

「目・耳・口をふさぐもの」だと、日弁連、日本ペンクラブ、民放連、250名もの憲法学者、ほかに多数の刑法学者なども反対のアピールを出しています。また、田原総一朗、鳥越俊太郎さんら8名の著名なジャーナリストも同様のアピールを出しました。

国民の59%が反対、情報隠しに懸念85%(11/12毎日新聞)という結果も。

自由な広報活動をすすめることができなくなるのはと危惧しているのは私だけでしょうか。

(杉本秀行)