



さくらさくら

さくらさくら通信

町田・ワーカーズ まちの縁がわ 小山田桜台 ほっとスペース さくらさくら 発行元 石毛 鏡子

こんにちは!あつという間に秋になりましたが、皆様は
いかにお過ごしでしょうか?

この度、スーパー三和向かいの商店街で店舗工事を
行っていましたが、晴れて10月29日開所の集いを迎
え11月1日より事業が少しずつ開始されます

高齢化が進む中、ここ小山田桜台も例外なく高齢化
が進んでおります。いつまでも、できたら住み慣れた場
所で過ごしたいという思いはございませんか?

住み慣れた地域で、助け合い、より生活がしやすいよう
に今回『まちの縁がわ(居場所)』として、この場所がで
きます。

居場所ってなに?

近年居場所というキーワードがよく出てきます。高齢
者だけでなく、家庭問題、不登校や生きづらさを感じて
いる若者など、多様な居場所づくりが注目されています。
平成23年には内閣府が以下の内容で調査を行いました。
高齢者が生きがいをもって、いきいきと過ごすことが
できる社会をつくるためには、高齢者が自ら進んで出
かけることのできる「居場所」をつくることや、高齢者の
「社会的な活動」への参加を促進することにより、高齢
者の地域からの孤立を防ぐ必要がある。様々な居場所
の事例から調査し、その必要性や効果が挙げられてい
ます。

高齢者の方だけでなく、様々な世代の方にご利用頂
きたく思っております。コロナ禍で制限がある中、どのよ
うな形で交流できるか、現在進行形で決めております。
自分の経験を活かして、講義をしてみたい。
料理が好きだから、沢山作ってみたい。サークル活動を
募集してみたい。沢山のご意見をお聞かせください。
仲間も随時募集しております。

近日スケジュール

- 開所日 10月29日 木曜日
- 11月1日 オープン (営業日 日・月・木)
(営業時間 10:00~16:00)
総菜販売 11:00~

具沢山スープ★パン

総菜各種

壺焼き 焼き芋

- ふれあいサロン 11月下旬(月)10時~

壺焼きの中身

熟成させた甘いねっとり芋



具沢山スープ(卵は加熱したのになります)



100円スープや手作り総菜もご用意しています。



～小山田・大賀ハスに思う～

蓮の茎から採った蜘蛛の糸のような細い繊維を藕絲(ぐうし)といい、町田市の藕絲館(小山田)では「藕絲織り」が再現されています。特筆すべきは蓮の実の焼酎(25度)ですが、かすかに蓮の香りのする、その名も「太古のめざめ」と銘々されています。



昭和26年、千葉県「検見川遺跡」から発掘された三つの蓮の実の内の一つが発芽し、翌年には見事な花を咲かせました。年代測定の結果、2000年前(弥生時代以前)のものであると推定されています。再生に努力された大賀一郎博士の名前を取って「大賀ハス」と名付けられ、株分けされ、各地で毎年7月の初旬、本当に美しい清楚な大輪の花を咲かせます

蓮の実が、気が遠くなるほどの長い間生き続け再生できたのは、地中6m位の所に循環する水があったのではないかとされています。(十分な酸素があった)さらにその実は、表面に針の穴ほどでも傷付けば、内部に水分が入り、一晩で元の大きさに戻ることができる驚異的な力を持っているそうです。

硬い殻に守られながらゆっくり、ゆっくり呼吸をし、条件が整えば、生命力をフル稼働して発芽する力を取り戻すことができる、「最強の生命力を持つ実」と言われるわけがここにあり、2000年の時を経て実証されました。

水の循環のあるところには生命の循環があり、朽



ちても又よみがえった生命は、大自然の連鎖の不思議と恩恵とを同時に示してくれています。遠くは原産地インドを経て、

中国、日本と繋がり、大賀博士から、各地で「古代の蓮の生命力」を今、静かに伝えている方々にと、人と人のつながりも途切れることはありません。

今年の冬は皆さんで最強の生命力を持つ蓮の実を日常の料理に使ってみましょう! 時には「太古のめざめ」を飲みながら、小山田の移り行く自然やご自分の周りの方々との「つながり」について考えてみませんか?

薬膳献立 **蓮の実を食べてみよう!!**

冬は栄養を蓄えて春の目覚めの基礎を作ります。今蓄えた力は「花粉症」対策の決め手です

●蓮の実ご飯

(蓮の実を一晩水で戻し、米と酒、塩を入れて炊。米2合に蓮の実10個位。人参のすりおろし等入れても美味しい!)

小山田さくら

さくらさくら設立にご協力をいただき、ありがとうございました。



まちだ〇ごと大作戦「町田市役所広報課」

2020年度高齢者生きがい活動促進事業「厚生労働省 老健局振興課」

草の根育成助成「公益財団法人草の根事業育成財団」

ACTコミュニティ活動応援基金助成

「特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい」

インクルファンド助成「生活クラブ運動グループ・インクルーシブ事業連合」

以上他にも沢山の個人の方々に寄付を頂き、設立スタートいたしました。