



岡崎市学区女性団体情報紙 さくら  
平成 23 年 2 月発行 (通巻第 6 号)

【編集】

矢作東学区女性会  
矢作北学区ナイスレディース  
北野学区女性部  
矢作西学区矢西レディースネットワーク  
矢作南学区社教女性部

【発行】岡崎市市民協働推進課男女共同参画班

## 矢作東学区女性会

### ○ 花いっぱい運動 (「交番」の花番!?)



矢作東学区女性会は、平成 9 年の発足当時から今日までずっと「花いっぱい運動」を続けてきました。

町内で最も人通りの多い、名鉄矢作橋駅前の交番にプランターを置かせていただき、年 2 回、季節の花に植え替えています。

特に夏場の管理は大変ですが、女性会員が交代で毎日水やり等に当たっています。このボランティア活動が認められ、岡崎警察署から感謝状をいただいています。

### ○ 学区文化祭 (フラワーアレンジ、作品展示!)

一年間、学区の皆さんが様々な分野で取り組んだ成果を発表する場として、矢作東学区では文化祭を開催しています。

カラオケ、ダンス、舞踊等の披露や、生け花、絵手紙、折り紙などの作品展が行われます。

私たち女性会は、プリザーブドフラワーを使ったフラワーアレンジメントを行いました。併せて、来賓の方の接待やお昼のお茶の準備等で大変忙しい一日となりました。



### ○ 料理講習会 (プロに学ぶ、女性最大の関心事?)



女性会員相互のコミュニケーションと研修会を兼ねて、年一回料理講習会を行っています。今年は健康研究所「ひまわり」の主宰 周防先生を訪ね、健康についてのお話や料理の手ほどきを受けました。女性にとって、健康と食事は一番関心がある?ところなので、皆さんとても感激し有意義な会となりました。

( 矢作東学区女性会 川喜田 美栄子 )

## 矢作北学区ナイスレディース

### ○ 料理講習会&交流会（暑さに負けない！夏の献立）

矢作北学区ナイスレディースが行う行事の中に、町内の一人暮らしの高齢者や老人会、福祉委員会の方々をお招きしての料理講習会&交流会があります。

まず料理講習会では、野中陽子先生ご指導のもと「夏の食材をたっぷりにとって残暑をのりきりましょう」を題材に「鰯のカリカリ焼き」「切り干しサワー」「夏野菜のカレースープ煮」、そして先生のご好意によりご自宅で作ってくださった「トマトゼリー」などです。ご飯は防災訓練の練習でもあるアルファ米です。



ナイスレディース会員 17 名と野中先生により、交流会出場者 80 名分の食事を作るのです。朝



9時半に集合して 11 時半には配膳も終えていなければなりません。各自分担して仕事をテキパキやっている様子はさすが主婦ならでは！でした。楽しく調理すること 2 時間、無事配膳も終わり、とてもおいしそうにできました。

交流会では笑顔もあり皆さんとても楽しそうでした。料理の評判がとても良く、おかわりする方も続出でした。町内の方からの手作り漬物もあり、とても和やかな交流会となりました。

（ 矢作北学区ナイスレディース 石川 尚子 ）

## 北野学区女性部

### ○ 「いきいきクラブ」創作レクリエーション（健康の秘訣とは？）



北野学区女性部が行う活動の中にヨガ教室があります。日頃の疲れを解消し、心と体をリフレッシュさせる優しい時間を過ごし、大変好評をいただきました。

もうひとつの活動として、学区健康推進委員の方々を中心となって開催している「いきいきクラブ」のお手伝いがあります。学区の65歳以上の方々を対象に、いつまでもいきいき健康で、自分らしい生活をおくるため、月 1 回、軽い体操で体を動かしたり、おしゃべりをして、楽しい時間をすごしています。



各月ごとにテーマを決め、「頭の体操」「食育」などの保健指導も行っています。7月には、女性部が一部を担当し「紙ずもう大会」を企画しました。力士の色ぬりでは「ぬりえなんて何十年ぶりかしら」と楽しくぬっている姿が見られました。

今後もこのような活動を通して、地域のお役に立てるお手伝いをしていきたいと思えます。

( 北野学区女性部 伊奈 留里 )



## 矢作西学区矢西レディースネットワーク

### ○ 研修会と防災訓練（女性が「できる！」防災活動）



矢西レディースネットワークでは今年度、災害時の救急処置研修会（6月）と学区防災訓練として炊き出し訓練（11月）を行いました。

6月、「命」を救うのは「あなた」と題して、消防署職員の方から救急車が到着するまでに私たちの出来ることは何かを考えていただきました。

まず、119番通報に周囲の安全確認からはじまり、心臓マッサージにAEDの操作。とっさには出来そうにないことばかりで貴重な体験でした。

11月には、矢作西学区防災訓練の炊き出し班として訓練に参加しました。被災時には荒んだ気持ちをも和らげる温かい食べ物。今回は、はそり（大鍋）を4個使い、それぞれ10kgの米を一気に炊き上げ、非常食用のおにぎりを500人分作りました。炊き上がったご飯はとても熱く、にぎるのが大変でしたが、学区の皆さんのお手伝いのおかげで時間内に効率良く作業することができました。訓練終了後には、にぎりたてのおにぎりを学区の皆さんに配り、大変喜んでいただくことができました。



( 矢西レディースネットワーク 角谷 妙子 )

## 矢作南学区社教女性部

### ○ 寄せ植え講座（地域を「彩る」手作り鉢植え）

矢作南学区で毎年みなさんに参加していただいている「寄せ植え講座」。一部と二部に分かれて、まず始めに講師の先生から花の名前や植え方、育て方などの説明を聞いてから、実際に鉢に植えていきました。

みなさん先生にアドバイスをしてもらいながら楽しく完成させることができました。

交番や小学校など例年の寄贈先に加え、今年度は新たに保育園にも寄贈し、計7箇所でより多くの地域のみなさんに見ていただくことができ大変喜んでもらえました。



### ○ 学区夏祭り（26年ぶり！夏祭り開催）

今年度、26年ぶりに学区の夏祭りを開催しました。久しぶりに行う夏祭りなので女性部としても戸惑うことが多かったのですが、事前に盆踊りの練習をしたり、当日やぐらの上で踊ったり、運営スタッフとしてお手伝いしたり、皆で協力して無事に終えることができました。

これからも地域の方のために、活動していくことができばうれしいと思います。

（ 矢作南学区社教女性部 仁科 ひろみ ）

