

どすこいかわら版

発行 墨田区 編集 NPO法人てーねん・どすこい倶楽部

「すみだぶらり散策」

墨田区内循環バスに

乗って出かけよう

【北東部ルート】

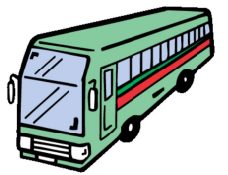
今年の冬は例年になく寒い日が続いています。外出するのも億劫になり、つい家の中で丸くなっている、テレビから梅が開花したとの情報が流れてきました。寒いなどと言っていないで乗って出かけよう。

えられていて、四季折々の花を楽しむことができます。今は咲いている花も少なく、ちよつと寂しい気もしましたが、これからは桜の花を始め、次々と花が咲きだすことでしょう。四季折々に何回も足を運びたくなる所です。



早速、墨田区内循環バスに乗り出かけることにしました。今回巡る「北東部ルート」、このルートにも見どころは多いようです。①押上駅から乗車して、最初に降りたのは④下町人情キラキラ橋商店街入口、明治通りまで続く下町情緒溢れる商店街です。次は⑤緑と花の学習園・香取神社入口で下車、少し歩くと緑化推進の拠点である「緑と花の学習園」に着きました。園内には280種5,000本の植物が植えられています。花壇には季節ごとの花が植

学習園を出るとすぐに香取神社が見えます。中には「香梅園」があり、80種余り120本の梅の木があります。一部の梅は咲き始めていましたが、満開の梅が見られるのも近日中かもしれません。次は⑥吾嬬神社入口・明源寺前下車、北十間川に向かつて歩くと、「吾嬬神社」に着きます。祭神である日



になっいて、車を気にせず気軽に散歩を楽しめます。桜の名所にもなっているの、これからの季節が待ち遠しいですね。

本武尊(やまとたけるのみこと)と妻の弟橘媛命(おとたちばなひめのみこと)に関する碑があります。⑥に戻り、次は⑧立花大正民家園入口で下車、旧中川の土手に出て「立花大正民家園」に向かいました。大正6年に創建された住宅で、墨田区の指定有形文化財になっています。庭園には七福神の像が一堂に見られ、なんと、1分間で七福神巡りが出来ます。また、ひな祭りの時期には昭和初期のひな人形などが飾られます。近くには東漸寺、白髭神社もあります。

⑨白髭神社入口に戻り、帰りのバスに乗りました。途中には⑪すみだスポーツ健康センター入口、⑭八広駅、⑯三輪里稲荷神社入口、⑰飛木稲荷神社入口等があります。また、東京スカイツリーの横を流れる北十間川を10分程歩くと、十間橋があります。ここからは逆さスカイツリーを見ることができ、人気のスポットになっています。橋の上から写真を撮っている人を多く見かけます。

春はそこまで来ています。バスに乗って出かけてみてはいかがですか。

⑮丸囲み数字はバス停のナンバード。



「中年子育て奮闘記」 その33 鈴谷 明

「お正月」

去年のお正月は、北国の妻の実家で過ごした「思い出に残る」お正月でした。

一方の今年は、「記憶に残る」お正月でした。「思い出に残る」というと、「楽しい」「懐かしい」といった良いイメージが先行しますが、「記憶に残る」というと「大変だったなあ」という意味合いが含まれてきます。そうなんです。大変だったのです。

昨年の暮れから今年の年明けにかけての我が家の冬休みは「地元でゆつくりと過ごす。」と決めていました。それでも、おじいちゃん、おばあちゃんのお家で手作りの美味しいお正月料理を食べたり、水族館でイルカのショーを見たり、ショッピングモールを散策して外食を楽しんだり、などと楽しい計画を立てていました。

仕事納めの日、勤務も保育園も無事終了して、一家全員元気に帰宅しました。明日から我が家の冬休みの開始です。

手軽にクッキング 88 <2月のごはん>

「肉野菜丼」

<材料> 2人分		(1人分 503kcal)
ごはん	300g	
豚薄切り肉	120g	
酒	少々	
生姜汁	少々	
サラダ油	少々	
もやし	1/2袋	
ピーマン	1個	
塩コショウ	少々	
しょう油	大さじ1	
みりん	大さじ1	
中濃ソース	小さじ1	
ケチャップ	小さじ1	
みそ	ひとつまみ	
水	大さじ2	
玉ねぎすりおろし	少々	



<作り方>

1. 肉に酒・生姜汁をかけておく
2. もやしは洗ってさっと湯がいておく
3. ピーマンは種をとり千切りにする
4. フライパンに油をひき、野菜を炒めて塩コショウする
5. 4のフライパンで、1の肉を炒める
6. たれの調味料を合わせ、電子レンジで30秒加熱する
7. 丼にご飯を盛る
8. 4の野菜をのせ、その上に5の肉をのせる
9. たれをかけてできあがり

*しゃぶしゃぶ用の肉などは食べやすいと思います。
お試し下さい。(協力：食育支援部)

ところがです。午前中の大掃除で、はしやぎながら窓ふきを手伝ってくれていた娘が、昼を過ぎるとだるそうにして電気カーペットの上で寝転がっています。「お昼寝でもしようか」と抱っこすると「ん？熱いな」。お熱を出していたのです。

最初は37℃過ぎだった体温が、38℃、39℃とどんどん上昇して

いきます。「普通の風邪は熱が出ても37℃台。39℃以上だったら、今の季節はインフルエンザを疑って病院を受診してください。」と市の運営する子ども急患電話相談の看護師さんからもアドバイスをいただき、正月早々、市の休日急患診療所へ駆け込みました。結果は「インフルエンザB型」。幸い娘に食欲があり、食事で水分や栄養を補給することができたので、1週間程度で

快復しました。その代り、予定のほとんどはキャンセルとなり、まさに「寝正月」となっていました。

「せっかくのお正月にわざわざインフルエンザになるなんて。」と最初は夫婦でうなだれてしまいましたが、元気になった娘の姿を見ると「記憶に残るお正月になったねえ」と冗談も言えるようになりました。

「ちりめん細工」

中川 あや

“ちりめん細工の今昔”と題して、横川1丁目の「たばこ塩の博物館」で作品展を開催しているのを知り、亡き母が元気な時に吊し雛を作った孫に送ったり、お世話になった方に差し上げたりしていたのを思い出し、見に行つて来ました。

私はちりめん細工を手掛けたことは有りません。母が作っているのを「良くこんなに細かい物を作るものだ」と感心して見ていたことはありました。好きなことをしている時は、肩こり、目の疲れも忘れて出来るのでしょうね。

ちりめんは「しぼ」（細かい凸凹状）を持つ優しい絹織物で、江戸時代から現在に至るまで、日本の着物の素材として愛されてきました。その着物の残りの布を利用して作られた細工物を「ちりめん細工」と呼んでいます。江戸時代の後半、日本女性の教養の1つにもなった程です。

ちりめん細工のあれこれを頂いたパンフレットの中から抜粋して載せてみました。ちりめんは経糸（たていと）によりのない生糸、緯糸（よこいと）に強いよりをかけた生糸を用いて平織りし、精練して布の表面に「しぼ」を出した絹織物です。

ちりめん細工には、様々な技法があり、小さくても残り布は無駄にせず、配色や、形、美しさに合わせて使われます。袋物や小箱、懐中物は「押絵」「きりばめ細工」「つまみ細工」の技法で作られ、見えない部分にまで工夫が凝らされています。

なかでも「きりばめ細工」技法には、松竹梅、鶴亀などの吉祥文様や、四季の花鳥風月文様を表現したものが多くあります。作り方は下絵に従って、縫い代をつけて布を裁ち、絵を描く様に縫い合わせて作ります。

会場には、「押絵」「つまみ細工」の技法で作られた物もあり

メルマガ希望者募集

☆ 墨田区では毎月1日、15日に地域のイベント情報等をパソコンメールで希望者にお送りしています。ご希望の方は、住所・氏名・年齢をメールでお知らせください。件名にメルマガ希望と記入してください。

tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp



ます。5月の空に泳ぐ鯉のぼりや鎧兜、金太郎など四季を表す物も華やかに飾られています。外の寒さも忘れてしまい、暖かい春を感じました。このイベントは4月8日まで開催しているので足を運んでみては如何ですか。ホッコリしますよ。

原稿を募集しています。

どすこいかわら版では3面のエッセイにあなたの原稿を募集しています。

ぜひ、ご投稿ください。お待ちしております。

また、どすこいかわら版と一緒に作る方も募集しています。

編集作業に興味がある方は、てーねん・どすこい倶楽部情報紙部までご連絡下さい。

「シニア人材バンク

登録者募集中」

ボランティア活動をしたい方の登録と依頼に応じた派遣を行っています。

パソコン、麻雀、将棋、子育て支援、日本語支援、家事援助、生活支援、健康教室のお手伝い、各種講座、講演会の企画から会場の準備作業など、どなたでも気軽に参加できる、さまざまな活動を行っています。

皆様の知識、経験、特技、趣味等を地域で活かしてみませんか？

平成29年度第4回

セカンドステージセミナー

～元気で100歳!! 今年も墨田で粋に暮らそう～

三味線と小唄で 楽しいひとときを



【日時】平成30年3月14日(水) 午後2時から4時まで

【内容】第1部 ◇三味線 柳澤 恵津子氏

第2部 ◇簡単なストレッチ体操 押野康代氏(理学療法士)

◇みんなで一緒に歌いましょう 吉岡リサ氏(歌手)

【会場】すみだリバーサイドホール2階イベントホール

(墨田区役所併設)

【参加費】無 料

【定員】200名

☆どなたでも、お気軽にお越しください☆

■ 申込み:NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部 事務局

電話:5631-2577(平日午前10時～午後4時)

■ 主 催:墨田区

■ 企画・運営:NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部



つながる
墨田区

発行 墨田区福祉保健部高齢者福祉課
〒130-8640 東京都墨田区吾妻橋1-23-20
電話 03-5608-6168

編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部
〒131-0044 東京都墨田区東向島1-17-8
電話 03-5631-2577 FAX 03-5631-2578
(受付時間: 平日午前10時～午後4時)
メール tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp
ホームページ <http://tehnendosukoiclub.jpn.org/>

今年は寒い冬になりました。東京では早々に積雪があり、毎日「寒い、寒い」と言いながら生活しています。インフルエンザの流行も気になります。

編集後記