

地域で輝くシニアになろう！

## いきいきシニア通信

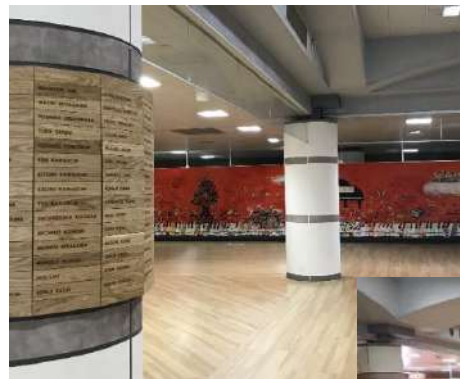
季刊  
2023年  
夏号

## 湘南台駅地下アートスクエア グランドオープン



倉庫の壁面をキャンバスに、地元在住画家の廣田雷風（ひろたらいふ）氏が描いた壁画がシンボルです。

小田急江ノ島線、相鉄いずみ野線、横浜市営地下鉄が乗り入れる湘南台駅は、地下駅舎と共に東西自由通路が 1999 年に完成しました。時々イベントなどを行っていましたが、「やや薄暗く、ただ広いだけ」という空間を、「人々が集い・楽しみ・つながる広場へ生まれ変わらせたい！」と地元住民が中心になり立ち上げた『湘南台アートスクエアプロジェクト』。諸団体の後援を受けて広く寄付を募り、藤沢市も整備を進めて 2023 年 5 月にグランドオープンしました。



床面は木目で、一部の白い柱にはプロジェクトに寄付をした方のネームプレートが貼られています。

## 『音楽』と『アート』が融合出来るような空間にする事は出来ないか？

それが『プロジェクト』発足の趣旨でした。定期的なフリースタイルのストリートピアノと、アートスクエアライブを開催します。

スケジュールはこちら ⇒



プレオープン時のコンサートに集う

## ワクワク広場（2023/5/28）のにぎわい



湘南台在住の漫画家 ビッグ錠さんも、毎回チラシ作成などイベントに参加して盛り上げます。



「地元住民や学生の文化活動の発表の場」、「多くの市民が集うイベント空間」として活用されます。湘南台のブランド価値向上、にぎわい創出により、湘南台のまち全体の活性化を目指すとともに、藤沢北の玄関口として期待されています。

## 第 18 回地域活動見本市 9月2日（土）

藤沢市役所本庁舎（1F ラウンジ・B1 サークルプラザ）で開催！地域の活動やサークルに興味があるけれどキッカケが見つからない方へ、色々な団体が日頃の活動を説明します。

会場では「太極拳」「歌声広場」「視覚障がい者の誘導」「フレイルリスクチェック」などの体験もできます。

Open:10:00~15:00 みなさまのお越しをお待ちしています。

詳細はこちらから



お知らせ

いきいきシニアサイト



## 藤沢市スポーツウエルネス吹矢協会



### 藤沢市内の支部と活動場所

詳細は、こちら⇒



藤沢長後支部（長後公民館）、藤沢こぶし支部（こぶし荘・富士見台小学校）、湘南台公民館（湘南台公民館・JAさがみ六会支店）、遠藤アローズ藤沢支部（遠藤公民館）、湘南六会支部（六会公民館）、善行かわせみ支部（善行公民館）、湘南小糸支部（小糸市民の家）、湘南やすらぎ支部（やすらぎ荘）、T・M湘南辻堂支部（明治市民センター）、ブルーウェーブ湘南支部（湘南モール）、湘南藤沢支部（Fプレイス藤沢公民館）、湘南船玉支部（藤テリア2F市民の家）、ファイト村岡支部（村岡公民館）、SFE辻堂支部（辻堂団地集会場）、湘南なぎさ支部（なぎさ荘）、湘南しおさい支部（片瀬公民館しおさいセンター）

スポーツウエルネス吹矢は年齢・性別を問わず、手軽にゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツです。姿勢を正して背面の筋肉を使い、瞬発的に矢を吹く時に腹部の筋肉を使うことにより、体幹がいつの間にか鍛えられます。同時に、ゆっくりした呼吸をするため、様々な健康効果が期待されています。

吹矢式呼吸法で楽しく健康寿命を延ばそう！



【団体名】 藤沢市スポーツウエルネス吹矢協会  
 【連絡先】 林 敏安  
 【電話】 0466-43-4640  
 【メール】 hanatodanngo@hotmail.com

## 地域の縁側



「地域の縁側」は、世代を問わずさまざまな人たちの交流の場であった「縁側」をイメージした交流スペースです。住民同士のつながりや支えあいを大切にしながら、人の和を広げ、誰もがいきいきと健やかに暮らせるまちづくりを目的に、多様な地域住民が気軽に立ち寄れる居場所として、藤沢市のサポートを受けて開設・運営されています。気軽に相談ができるほか、支援が必要な場合には適切な機関につながります。

誰もが利用できる「基本型」、高齢者や子育て世代、障がい者など同じ立場の方々が交流を深めることができる「特定型」、生活支援コーディネーターが配置され、地域ささえあいセンターとしての機能も持つ「基幹型」の3つのタイプがあります。6月現在、37ヶ所開設されていますので、ご自身に合う縁側を見つけて下さい。



Q 参加費用は掛かりますか？

★無料です。ただしお茶代などの実費が掛かる場合があります。

Q いつ開所していますか？

★開所している曜日や時間は、それぞれ異なります。各地域の縁側または地域共生社会推進室にお問い合わせください。

Q 地区外から参加できますか？

★参加できます。お気軽にお越しください。

地域の縁側の一覧はこちら⇒



◆問合せ◆

藤沢市 地域共生社会推進室  
 （藤沢市役所本庁舎 2階）

【電話番号】 0466-50-3544（直通）

【ファクス】 0466-50-8415



『「ああじゃない、こうじゃない」みんなの言葉を励みにして描いています。』（永田和子）

絵が好きで、36,7年前に子どもが通っていた保育園の絵の先生に1人で教えを受け始めました。先生は大胆さと緻密さを合わせもった素晴らしい絵を描く方でした。生徒の個性を引き出すように指導して下さい、伸び伸びと描くことが出来ました。先生の元で、描くことをスタートできて幸せでした。

しばらく経って、子供の絵画教室も開いていた先生に、「大人の絵画教室もいいんじゃない?」と言われて、友人を誘って4人のグループを作り、絵画教室が始まりました。



「第9回グループかぼちゃ畑 絵画展」の会場（上）と、永田さん（左）

子育てをしながら仕事をしていたのでとても忙しかったのですが、毎週日曜の午前は色々なことを忘れられてとてもいい時間でした。途中で嫌になる事もあったけれど、仲間がいたから続けられたと思います。みんな「ああじゃない、こうじゃない」と言い合っていて楽しんでいます。



作品がある程度たまってきた時に、3年に1度のペースでグループ展を行うようになりました。

当初は絵画教室としてのスタートでしたが、第3回絵画展の前年（1999年）、大変残念なことに先生が他界されました。お人柄と作品を愛するメンバーは、先生の絵に対する情熱と教えを大切にしたい思いと、自分達の「描き続けたい」という願いから、先生のいないグループとして変わらず活動を続けることにしました。今は、村岡公民館登録サークルとして、毎週日曜日の10時~13時に油絵制作に取り組んでいます。そして3年に一度、藤沢市民ギャラリーでグループ展を行います。

「グループかぼちゃ畑」の皆さんの言葉

先生はいません。生物、風景、人物、仲間と話し合いながら題材を決めています。同じ題材でも、それぞれの描き方に刺激を受けることが沢山あり、交流を深めながら描くことはとても楽しいです。

続けてこられたのは、3年に1回の展覧会を目標にしてきたから。



「この辺の影をもっと濃くしたら、遠近感が出るんじゃない?」

一人で描いていると自分だけの世界の中では楽しいのですが、ここにいると誰かに見てもらえて、何か批評をしてくれる。グループの人の描く絵を批評できるということがうれしいです。

初めての絵画展も楽しみました。



「グループかぼちゃ畑」では、仲間を募集中です。興味のある方は、村岡公民館にお問い合わせ下さい。村岡公民館【電話】(23)0634【FAX】(23)0641

<編集後記>

風景画を描くために遠出をしたのにハイキングで終わったことや、モデルとして依頼した方との交流など、沢山の思い出があるそうです。長続きするためには大切なことだと思いました。



近くなので通いやすく、外出制限がある中でも、続けてこられてよかったです。

令和5年度 藤沢市一般介護予防事業

**転倒予防講座**

～転ばぬ先の体力測定&amp;らくらく筋トレ～

<参加費>  
無料

転倒予防の講話・運動実践(筋力・バランス運動)、簡単な体力チェックなど、日常生活で実践できる方法を学びます。

開催場所と7月以降のスケジュールをご紹介します。詳細は藤沢市のホームページでご確認ください。



## ◆ 対象 ◆

65歳以上の市民20人

※運動を禁止されていない方

## ◆ 明治公民館 ◆

1階 文化室

日にち	時間	受付開始日
11月15日(水)	10:00~12:00	11/1(水)
2月29日(木)	10:00~12:00	2/1(木)

【住所】藤沢市辻堂新町 1-11-23

【辻堂駅】北口より徒歩5分(藤沢市消防局南消防署明治出張所に併設されています)

## ◆ 藤沢市役所 本庁舎 ◆

4階 4の4会議室

日にち	時間	受付開始日
8月22日(火)	14:00~16:00	8/2(水)
11月7日(火)	14:00~16:00	10/11(水)
3月19日(火)	14:00~16:00	2/29(木)

【住所】藤沢市朝日町 1-1

【藤沢駅】北口より大船方面(東方面)へ徒歩5分。

## ◆ 善行公民館 ◆

3階 ホール

日にち	時間	受付開始日
9月22日(金)	10:00~12:00	8/30(水)
12月19日(火)	14:00~16:00	11/29(水)
3月14日(木)	10:00~12:00	2/28(水)

【住所】藤沢市善行 1-2-3

【善行駅】西口を出て南方向に進む。徒歩5分。

## ◆ 鵜沼公民館 ◆

2階 学習室2

日にち	時間	受付開始日
7月20日(木)	10:00~12:00	6/28(水)
10月31日(水)	14:00~16:00	10/5(木)
1月17日(木)	10:00~12:00	1/4(木)

【住所】藤沢市鵜沼海岸 2-10-34

【鵜沼海岸駅】出口より南方面に進む。徒歩2分。

## ◆ 御所見民館 ◆

3階 ホール

日にち	時間	受付開始日
7月28日(金)	14:00~16:00	7/5(水)
10月26日(木)	10:00~12:00	9/28(木)
1月25日(木)	10:00~12:00	1/10(水)

【住所】藤沢市打戻 1760-1

【長後駅】【湘南台駅】西口よりバス。「御所見市民センター前」下車5分。

- ◆ 毎回申込が必要です。
- ◆ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、教室中は手洗い・咳エチケット等にご協力下さい。
- ◆ 感染状況により中止になる場合があります。

【持ち物】飲み物、筆記用部、動きやすい服装、健康運動手帳(お持ちの方のみ)、室内履き

【お申込・お問合せ】

(公財) 藤沢市保健医療財団 保険事業課

(月~金曜日 9:00~17:00)

TEL: 0466-88-6752

FAX: 0466-86-6065

※FAXでお申し込みの場合は、講座名・開催日時・氏名・生年月日・電話番号をご記入ください。

発行 藤沢市高齢者支援課

TEL: 0466-50-3571 (直通)

認定 NPO 法人湘南ふじさわシニアネット

TEL: 0466-52-5577