

# 藤棚新聞



第27号

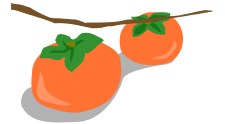
発行

2012年12月20日

藤棚新聞

## あれ、大丈夫？ うつ病は15人に1人が経験

あなたが「食欲がない」「眠れない」と気になったり、「何もかもダメだ」と思うようになったらうつ病かもしれません。そうしたときに相談できる場所を知っていたらこうと、西区役所、各地域ケアプラザ、生活支援センター西で共催の『地域啓発講座「うつ病の理解と対応」』の1回目が11月28日藤棚地域ケアプラザで実施されました。



この日は、和歌山県で精神障害者就労支援施設「麦の郷」を開設した時に地元の人たちとの間で起きた葛藤をテーマにした映画「ふるさとをください」(ジェームス三木脚本)が上映された後、うつ病の相談ができる場所(西区保健センター、藤棚地域ケアプラザ、生活支援センター西)の紹介がありました。



続く2回目12月10日では精神科医や看護の現場から、「うつ病の理解と対応について」精神科医の菅原道哉先生(石川町クリニック)の講演がありました。「旧来から言われているうつ病だけではなく、うつ病の分類がまじめで几帳面な日本人気質に沿ったものから自己主張をする世界基準へ変化して、現在ではうつ病の範囲が広がってきている。そのため気軽にうつ病だと言って受診し、薬を欲しがることが増えた。うつ状態とはつらい状態から身体を守るための脳機能であるため、あまり心配することはないが、食欲不振、睡眠障害や倦怠感などが続いたらお医者さんにかかることが望ましい」というお話をされました。

この後、宮崎ケアプラザ(第1回1月13日と第2回1月27日)、浅間台、戸部本町のケアプラザで行われます。お申込み・問合せは、生活支援センター 西 045-252-2414へ。

## 気になるお店シリーズ

### 大千居



大千居は中華料理の店でサンモール西横浜商店街のほぼ真ん中にあります。お店を始めてからおよそ20年経つそうですが、その頃の商店街の通りは今よりも賑やかだったと言います。

お店のお勧めは、餃子と炒飯です。記者が訪問したときにもちょうどお店の人たちが餃子を包む仕事をしているところでした。コース料理もいろいろあって、お客様の注文にも応じて作ります。

家族連れのお客さんが多く、お昼にはサラリーマンもたくさん来店するそうです。お店の奥さんから話を聞いている間にも店先に並べたパック入りの商品を買って求めるお客さんが次々に来店しました。奥さんは「この商店街がもっと賑やかになってほしい」と言っていたが、ぜひみんなで力を合わせて楽しい賑やかな商店街にしたいですね。

久保町20-11 TEL:045-251-6659



## 馬場澄江さん

(西区在住 / 西前小学校コミュニティハウス館長)



この町、  
この人

新潟県出身の馬場さんは、結婚を機に西区に居を構え、その在住歴は39年になります。

ご主人さまの親御さんを介護しながら、現在は西前小学校コミュニティハウスの館長として尽力なさっています。そのきっかけを伺うと、募集案内を見て応募し、平成11年藤棚地区センターにスタッフとして勤務、同13年からは事務職に、同23年から現職と

のことです。

趣味は、「始めて11年になる『朗読』は月1回の練習ですが、良い先生と仲間めぐり合えたことが宝です」と話され、腰痛防止で始めたという『フラダンス』は、「音楽と癒しを得られることが魅力で、ここ1、2年真剣に練習しています」と力を込められました。

子供の頃の夢を伺うと、アナウンサーかスチュワーデス、幼稚園の先生だったそうです。優しく美しい笑顔を拝見していると、どれも合いそうに思えました。

「これからも健康に楽しく過ごせればいい」と語られる、その充実した生き方は、とてもすてきに感じました。



(T)

## 利用登録団体が「楽しいイベント」に向けて交流



藤棚1番街のイルミネーション

～にしく市民活動支援センターのティーミーティング～

グループ・団体が少人数で話し合うティーミーティングが10月に同センターのミーティングスペースで実施されました。3回目を迎えた今回は、活動ジャンルごとに8回22団体延べ26名が集まって、みなさんの思い描くイベントについて自由に意見を交換しました。

センターでは、「同じジャンルのグループの集まりなので、目的も似ていて悩みも共有出来、お互い連絡先を交換するなどつながりが持てた。みなさんの意見の中で、イベントは体験コーナーなどがあると参加型で楽しいなど具体的な案も出た。今後もみなさんと一緒に“楽しいイベント”を考えて行きたいので、ぜひ気軽にセンターへお越しください」と話してくれました。

## こんにちは、グループ！ オンリーローズ



トールペイントって知っていますか？もともとはヨーロッパ生まれと言われていますが、日本でモリサイクルを兼ねて家庭で不要になった家具、空き瓶、衣類等にリメイクして楽しむようになったそうです。

この日は、メガネケース、ガラスのハイヒール、目覚まし時計に鮮やかなバラ（ローズ）が彩られていました。慣れない方には先生が下絵を用意してくれるので心配いりません。さあ、



絵の具と筆、そしてパレット代わりに牛乳パックがあれば準備OK。見学でもいいそうです。一度気軽に顔を出してみてください。

活動は、毎月第2木曜日午後 西前小コミュニティ研修室、  
問い合わせは 090-3089-2416 加藤さんまで (F)

# 友情のしるし「青い目の人形」 西前小学校



ポーリン

取ったそうです。

その後、第2次世界大戦の時代に敵国の人形として、多くの青い目の

人形が壊されました。これを乗り切ったポーリンは、1981年校舎建て替えの時に見つかりました。このときもう一体の人形がいっしょに見つかり、1947年(昭和22年)に統廃合した西戸部小学校にあった人形だということがわかって、横浜の海にちなんで、子どもたちが「マーリン」と名付けました。



マーリン

さらに1987年(昭和62年)、戦争の間も人形を守り続けたことに感激したギュリック博士の孫ギュリック3世は平和の使者として、第2の青い目の人形「メリー・スー」を贈ってくれました。人形に向かって左下にはギュリック3世の家族の写真があります。



メリー・スー

## 地域福祉向上の協力で表彰される



ふじだな就労支援の会(自然食品の店・菜月)が、地域福祉の向上に協力してきたとのことで、10月に横浜市社会福祉協議会から表彰されました。

## 花屋さんの店先もクリスマス

ポインセチア



シクラメン



ニコニコ商店街 服部生花店

## 耐震工事の壁が楽しいギャラリーに変身

### 西区役所



11月迄の2階のギャラリー



10月から西区役所2階の廊下に作られていた耐震工事の壁は、すてきなギャラリーになって訪れる人を楽しませてくれました。いろいろきれいなポスターや南浅間保育園の園児が作った可愛い作品などが壁の端から端まで貼られて、見ていても飽きませんでした。

残念ながら工事の進捗にともなってこの壁は11月20日まででなくなりました。けれどもこんどは12月中旬から4階で装いをあらたにした壁のギャラリーができて、また私たちの目をまた楽しませてくれています(1月中旬まで)。

# へそ祭り と 区民祭

11月1日～  
10日



沖縄フェスティバル  
11月18日  
藤棚商店会



各店ご来店の  
お客さまに  
サービス有!

お正月には「獅子舞」を観よう!  
2013.1.5(土) 15:00~17:00  
藤棚商店会有志店舗



おかあさんは、餅  
を丸めています

利正寺保育園の餅つき  
12月1日  
おとうさん、そして先生  
もいっしょにペタンコ

## 藤棚俳壇・選者 三村凧彦

竹樋の水に揺れいる新豆腐  
冬来たる金魚浮餌に飛びつかず  
写真館三世代揃う文化の日  
女子学生笑顔の未来赤い羽根  
吾亦紅一枝分けて相鉄線  
釣瓶落し帰り急ぐや句を胸に  
雑踏に紅葉の一葉拾いけり  
《寸評》秋になって収穫した大豆を使った豆腐と  
新豆腐という。山の清水に揺れる新豆腐の味と  
香りは、一段と滋味深い。

投句 当季雑詠で一人2句まで、氏名、  
連絡先を記載して。次回締切一月二十日。  
巻頭句には粗品を進呈。  
Eメール: aimasao@ttmy.ne.jp  
FAX : 045-895-0081

\*



### 創業昭和二十年

四季を通じて  
旬の最高の  
素材を用意し  
ております

営業時間: 平日、土 17時~24時  
定休日 日曜日

藤棚町1-58 TEL 045-231-6826

おいしいお米・灯油

## あまがさ米店

天笠 米蔵



横浜市西区浜松町7-13  
電話 231-5365

藤棚新聞ホームページ  
<http://www1.ttmy.ne.jp/fujidana/>

【発行】藤棚新聞  
〒220-0053 横浜市西区藤棚町1-99-4  
【TEL】090-9683-6099 【FAX】045-895-0081