

第34回大府公民館芸能祭



大府保育園



桃山保育園



体操教室「ラビット」



バトントワリング



フラダンス



民謡



浦島太郎



マジック

2月21日(日)、公民館の利用者による「第34回大府公民館芸能祭」が行われました。
園児たちの歌や踊りに続いて、大人たちも演奏や民謡、劇、マジックなど多彩な芸が披露されました。

ふれあい

大府コミュニティだより

編集発行

大府コミュニティ
推進協議会
事務局
大府公民館

助けあう

家庭と地域を

創造しよう

うつ病のセルフチェック

1	体がだるく疲れやすいですか
2	騒音が気になりますか
3	最近気が沈んだり気が重くなることはありますか
4	音楽を聴いて楽しいですか
5	朝のうち特に無気力ですか
6	議論に熱中できますか
7	首筋や肩が凝って仕方ないですか
8	頭痛持ちですか
9	眠れないで朝早く目覚めることがありますか
10	事故や怪我をしやすいですか
11	食事が進まず味がありませんか
12	テレビを観て楽しいですか
13	息がつまって胸苦しくなることがありますか
14	のどの奥に物がつかえている感じがしますか
15	自分の人生がつまらなく感じますか
16	仕事の能率が上がらず何をするのもおっくうですか
17	以前にも現在と似た症状がありましたか
18	本来は仕事熱心で几帳面ですか

《判定》

いいえ……0点 ときどき…1点

しばしば…2点 つねに……3点

質問の2,4,6,8,10,12は加点せずに合計してください。

◆16点以上…うつ状態が疑われますので、専門機関を受診してください。

◆15～11点…精神的疲労がたまっている状態です。休養をとることや保健師などへの相談をおすすめします。

◆10点以下…心の健康が保たれている状態です。

「うつ病」ってなに？

1月28日（木）、歴史民俗資料館に於いて、文化福祉部会の主催で、『こころの健康セミナー』こころのエンジンとタイヤの人生「うつ病・認知症を知る、防ぐ」が開催されました。

ストレスの多い現代社会。身近に「うつ病」ということばをよく耳にしますが、うつ病が自殺に繋がってしまうケースも多いということです。休養や服薬治療などを適切に行うことが重要ですが、「見つけ出し、フォローする」ことはより重要だということでは

【いのちの使い方】



口は人を励ます言葉や感謝の言葉を言うため
耳は人の言葉を最後まで聞いてあげるため
目は人の良さを発見するために使おう
手足は人を助けるために使おう
心は人を理解するために使おう
この5つの「いのち」を大切にしてください (by 博保氏)

NPO法人「きぼうのにじ」の理事長中村博保氏を招いてのセミナーでした。
左の表は「うつ病」のセルフチェックシートですが、これ以外にも「いじめ」「家族」「赤ちゃんのいるママ」「アルコール依存」等々、いろいろなチェックができるようになって

<http://fishbowlindex.jp/kibounoniji/>
パソコン用アドレス ↑

携帯電話・スマートフォン用
QRコード →



大府夏まつり

日時 8月6日(土)、7日(日)

場所 JR大府駅前



コミュニティ総会

日時 4月24日(日) 午後6時00分から

場所 大府公民館

530(ゴミゼロ)

日時 5月29日(日)

場所 各集積場



秋の慰問

《文化福祉部会》

11月26日(木)、「ルミナス大府」と「愛厚ホーム大府苑」を20余名の部員で秋の慰問に訪れました。

赤いレイを首にフラダンス。着物姿の民踊が続き、楽しい歌声が会場に広がり、みんなの広場では、キーボードの伴奏に合わせて、童謡や唱歌に心を通わせました。部員手作りの押し花のしおりをプレゼントし、「お元気で」と慰問を終えました。



挨拶運動

《家庭教育部会》

12月21日(月)と1月18日(月)の両日、大東小学校で朝の挨拶運動を行いました。両日ともあいにくの雨でしたが、内田校長先生をはじめ多くの方々が校門付近でのぼり旗を持って児童を出迎えました。「おはようございます」と挨拶すると、児童達からは更に大きな声で「おはようございます」と返事が返ってきました。



花の植え替え

《環境部会》

11月22日(日)、花の植え替えを実施しました。母親に手を引かれた幼児や中学生ボランティア、各種団体など、総勢約100名の参加者がありました。皆さんの協力で、駅西から民俗資料館までの花壇を整備しました。



あの人この人

「大府に恩返しをしていきたい」

—アズイン大府専務取締役—

古市 晃久さん



「当時は、大府でこんな風に活動するとは思っていなかった」

そう語るのは、大府駅前前のビジネスホテル「アズイン大府」で専務取締役をされている古市晃久さん。故郷である福井を離れ、2003年の同ホテルオープン時に大府にやって来られました。

その後の古市さんの活動は目覚ましく、大府市の広報でまちかど特派員や子ども会の会長、そして地域の青年団体である大府商工会議所青年部の会長などを務められました。特に青年部会長時代には、大府市で初となる「プロジェクトシヨ

ンマッピング」を健康の森公園にて同組織で開催し、地域の話題となりました。

そんな古市さん、縁もゆかりもない大府でここまで地域活動するワケをよく人から聞かれるそうです。...

「転機があったとすれば、間違いなく2005年ですね」

当時、全国的にも大きなニュースになった元一級建築士の耐震偽装問題に、古市さんの経営するアズイン大府も巻き込まれてしまいました。そして、自分達が被害者だったとはいえ、大府の名前がこういったニュースで全国に出てしまった事に対して、大きな引け目を感じていたそうです。

そんな時に、支えてくれたのが青年部の仲間達をはじめとする大府の人々でした。

「周りには迷惑を掛けたと思い、どうやって謝ろうかと思っていたのに、逆に励まされ、勇気付けられた。その時に、この大府という地に恩返しをしていく決心をしました」と古市さん。

それからの古市さんは、前述のように様々な団体、会議に参加し、地域振興や街づくりに積極的に係

わる様になりました。また、来年度（平成28年度）は、青年部の愛知県連合会の会長を務めることになり、大府の魅力を外にも積極的に発信していきたいと意気込んでおられます。

「大府が今以上に人が集まれるような街になるように、僕も努力していきたい」

笑顔で語る古市さんの歩みはまだまだ止まることがなさそうです。

大府あれこれ

〜境川（さかいがわ）〜



大府の南部、刈谷との間に流れる境川。川の間は三河の国。尾張と三河を隔てていることがこの川の名の由来とか。三好・豊明を経て、

ここ大府で、鞍流瀬川（『ふれあい82号』で紹介）が流れ込み、刈谷から流れてくる逢妻川と平行して衣浦湾へと注ぐ。東海豪雨の時に氾濫して大きな災害をもたらしたのは記憶に新しい。

川縁を散策してみると、護岸工事はしてあるものの、自然の趣は残っているいろいろな発見に満ちていました。そして、なによりも、「大府は川のある町だ」と言うことを実感しました。

（北自政 柴田）

あとがき

今年もまた辛い花粉の季節がやって来ました。日本人の約25%が花粉症だと言われています。早い人だと10代で発症し、30代〜50代がピークです。日本人を悩ませている花粉症は、実は日本特有のもので、アレルギーを引き起こす花粉を飛散させる品種は日本固有のものだそうです。現在の薬は昔と比べだいぶ改良され、症状が出る前から飲むと効果的な物や眠くなりくい物も出ています。

でもやはり、まずはマスクや眼鏡等で対策し、花粉を少しでも取り込まないようにして、この時期を乗り越えましょう。

（M・F）