

17つうしん

私たちがめざす目標は

『自然・地域・世代がひとつになるまち』です
<http://www.mctv.ne.jp/~maky311>

発行元
徳和ヘルシー17クラブ
事務所：徳和地区市民センター内
連絡先：0598-20-1100



第一回 オリエンテーリング開かれる

暑厳しい九月二日上川町遊歩道公園の会場を借りて徳和ヘルシー17クラブの事業として「オリエンテーリング」が開かれました。

会場には朝から、皆さんと降り注ぐ太陽の下、会員をはじめ徳和地区の一般の家族連れや友達どうしがたくさん参加して活気に溢れていました。

10時から健康体操「世界にひとつの花」の曲に合わせて全員が楽しく体をほぐし、久しぶりに屋外での、しかもきれいに整備された芝生の上での体操は暑さも忘れたらまち爽快な気分になってくれます。

その後松阪レクレーション協会の方の協力でオリエンテーリングについての詳しい説明があり10時15分、一斉にスタート。みんなそれぞれのポイント目指して駆け出していった。このコースは1時間コースですがオリエンテーリングはタイムを競うゲームではないので順位を決めるために基準のタイムを決めてありました。

45分の内タイムで一番近いグループが一位ということになります。結果は次のとおりです。

一位……………白樺
二位……………柳瀬チーム
三位……………迫間チーム
……………橋本
……………吉田チーム

↑チェックポイントを探し求めて…

また同時進行で保健師と一般の有資格者の方々が任意の血圧測定も行われ競技の終わりに健康菓子の食味として当日の朝から作られた「フルーツ豆乳ゼリー・おからマドレーヌ・かぼちやのカップスープ」(無料)と三品目がふるまわれると、これがまた大人気。子供たちがお替りの連続で、まさにこの日は「自然・地域・世代がひとつになる」ひと時でもあったように思います。最後にオリエンテーリングの開催にあたり、コースの設定指導して頂いた「松阪レクレーション協会」様、健康菓子のレシピと製作の協力を頂いた「食生活改善推進委員」の方、そして血圧測定に携わっていただいた方に紙面を借りてお礼申し上げます。ありがとうございます。

かぼちやのカップスープ

↑小カップ10杯分

【材料】
かぼちや……………300g

フルーツ豆乳ゼリー・右写真

↑12個分

【材料】
寒天……………4g
水……………200g
砂糖……………100g
牛乳……………200cc
豆乳(無調整)……………400cc
グレープフルーツ……………1個

【作り方】
① グレープフルーツは実を取り出しミキサーにかける。
② 鍋に水と天を入れて火にかけて混ぜながら煮て沸騰したら中
火にして1分沸騰させ、砂糖を入れて煮溶かす。砂糖が溶けたら鍋を火から下ろし温めた牛乳と豆乳を加える。
③ 器に②を注ぎ①のグレープフルーツのジュースを静かにかける。冷蔵庫で1時間冷やす。



17クラブ親睦会に参加して

17クラブに入会して早や数年経ちました。その間にいろいろな経験をさせていただきありがとうございます。

日頃地味な声かけ美化ウオークなどボランティア活動をして

ア活動をしていく会員から、たまには慰労もかねて親睦会でもどうかとの声があり、去る9月19日に猪の倉温泉でひと時を一同和やかに心を癒すことができました。その時の感想文を会員から寄せられたので掲載します。

にんじん……………1/3
たまねぎ……………1個
牛乳……………2カップ
サラダ油……………大さじ1
コンソメ……………2個
水……………2カップ

【作り方】
① かぼちやは1cm、人参は5ミリの厚さに切る。
② 鍋にサラダ油を入れ、たまねぎを透き通るまで炒め、かぼちやと人参を入れ軽く炒める。水を加えて沸騰させ、アクをとった後にコンソメを入れ、かぼちやが柔らかくなるまで煮る。
③ 荒熱をとりミキサーにかける。鍋に戻し牛乳でのばしながら加熱する。
④ 冷たく冷やしてもおいしいカップスープです。

午前10時に送迎バスにて徳和公民館を出発して一路165号線の方へ向かいました。約55分ほどで猪の倉温泉「芙蓉荘」に到着、歓迎看板には17クラブ以外に多くの団体の名も書かれています。昼まではしばらく時間があるので温泉入浴とし、早速お湯につかりました。湯加減は大変よくて泡風呂もあって身体の節々をリラックスさせてくれます。

遊休品協力のお願い!

今年もワークセンターフェスティバル2006に「徳和ヘルシー17クラブ」もフリーマーケットに出店します。そのため日用品などの遊休品を集めています。ご協力いただける方は10月11日・12日午前中に徳和地区市民センターまでお願いします。

さて9月19日(火)「猪の倉温泉」で開催される親睦会に参加させていたたく事に。当初は、種々の行事で会員の出席が少なく会長が中心となって参加者に夫婦での参加を呼びかけました。その結果は男9名、女11名と計20名で出席することが出来ました。

地域の紹介

今回は虹が丘町を紹介します。虹が丘町自治会は、平成18年4月1日現在人口2000人、行

係を育てていくことも大切なことであると感じました。役員はじめ係りの方々に感謝申し上げます。つたない文ですが私の参加の感想とさせていただきます。

三班 S・S

せることが出来ました。そして隣の女湯のほうからは楽しそうなおしゃべりの声が聞こえており大変よい雰囲気のように感じられました。

昼食前からカラオケを歌えと言うことで1曲歌いました。会食が始まって小林会長の挨拶に続き、乾杯の音頭により親睦会が開始されました。食事の内容については先ず先ずで充分味わうことが出来ました。

宴が進むにつれてカラオケも沢山リクエストがあり、会員外の家族の方々も共に楽しい雰囲気味わっておられたようでした。

時間の経つのは早く午後3時には送迎バスにて帰ることになりました。帰りにはなぜか時間的にも早く公民館に到着出来たようです。

17クラブは平素健康づくりやボランティア活動地域の仲間作りに精を出してありますが、たまにはこのような機会を作っていたらいい、行事に参加することに楽しんでい雰囲気の中での人間関係を育てていくことも大切なことであると感じました。役員はじめ係りの方々に感謝申し上げます。つたない文ですが私の参加の感想とさせていただきます。



平成4年には、現在の虹が丘町センターが完成し、四大事業(総会年4回の奉仕作業、夏祭り、文化祭)を中心に様々な活動を行っています。

全体的にまとまりがよく、自治会加入率100%、明るくきれいで楽しい「まち」です。



政統計世帯数629広報配布戸数594戸です。開発名「インボータウン高田」という名称が開発され昭和62年から入居が始まりその後、行政地名が「虹が丘町」に改められ、現在に至っています。

⇒…楽しい夏まつり…

虹が丘町センター