

お知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、いきいき上鳥羽プロジェクトの活動が10月以降からの開始となり、現在中止しているラジオ体操に対して、参加者の皆さまから「ラジオ体操はいつから始めるの？」とのお声をよくいただきました。そこで、参加者の皆さまから直接ラジオ体操への思いを確認するためにアンケート調査を行いました。

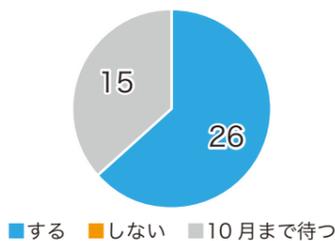
ラジオ体操再開に向けてのアンケート調査 集計結果

《アンケート配布数 49人 / 回答数 41人》

問1 ラジオ体操の再開を希望しますか

回答数

- ①する 26人
- ②しない 0人
- ③10月まで待つ 15人
- 合計 41人



問2 問1で「①する」「③10月まで待つ」と回答された方へ (重複回答有)

- 1) 曜日の希望はありますか・・・金曜日 2人
火曜日 1人
いつでも良い 2人
- 2) 時間帯の希望はありますか・・・午前 2人 (10時～ 2人)
午後 9人 (16時～ 2人)
(17時～ 5人)
(16～17時 2人)
- 3) 中止前の通りが良い・・・34人
(毎週金曜日 上調子公園 16:30～ 島田公園 17時～)

●コミュニティ回収

《毎月第3日曜日/時間: 10時～12時 場所: いきいきセンター前》

いきいき上鳥羽プロジェクトでは、古紙類・古着などを地域で回収し、ごみ減量・リサイクルに取り組んでいます。

回収品目は、古紙類(新聞・ダンボール・雑がみ・牛乳パック)です。

ご協力よろしくお願いします!

注) 現在、古着・古布は回収していません。

令和元年度 コミュニティ回収 年間回収状況
【対象期間: 平成31年4月～令和2年3月】

資源の種類 (品名)	回収量合計	
	数量	金額
古紙類	新聞	810kg 1,837
	ダンボール	1,150kg 1,465
	雑がみ	610kg 510
	雑誌・書籍	790kg 660
	紙パック	23kg 160
古着類	古着・古布	350kg 360
合計		4,992

問3 ラジオ体操の準備のお手伝いをしていただけませんか

回答数

- ①はい 6人
- ②いいえ 32人
- ③無回答 3人
- 合計 41人



問4 問3で「①はい」と回答された方へ (複数回答可)

- どんなお手伝いをしていただけませんか
- 1) ラジカセ・CD・旗の準備・・・3人
 - 2) スタンプ押し・・・1人
 - 3) その他・・・3人 (何でも良い)
(言ってくれたら手伝うよ～)

問5 その他、何かご希望等ありましたらご記入ください。

- ・色々とお世話になりますが、よろしくお願いたします。
- ・ラジオ体操を再開していただけるのを、心待ちにしています。
- ・体調を整えて元気で参加したいと思しますので、どうぞよろしくお願い致します。
- ・頑張って再開してください。
- ・感染予防の対策を守って行う。
- ・子供が楽しみにしています。
- ・仕事終わりに参加するため、お手伝いできませんが、楽しみにしています。
- ・よろしくお願いたします。
- ・特にありません。
- ・準備の手伝い、当番制にしてもらっても良い。

結果

皆さまのラジオ体操に対する再開への期待と率直な意見を確認することができ、今後皆さまの協力を得ながら、ソーシャルディスタンスを保ちつつ、安心・安全に楽しくラジオ体操ができるように準備を進めていきたいと考えています。

●ラジオ体操 (毎週金曜日・上調子公園, 島田公園にて)

上調子公園 午後4時30分～ / 島田公園 午後5時～

※再開日時は追って連絡いたします。



●●いきいき上鳥羽プロジェクト メンバー募集●●

プロジェクトで地域を変えよう!!

「いきいき上鳥羽プロジェクト」で一緒に活動して下さる方を募集しています。
『上鳥羽をもっと楽しく元気なまちにするために、こんなことやってみたいなあ』をコンセプトとして、毎月第2木曜日の午後7時より、当センターにて楽しくおしゃべりしています。
活気あるまちづくりに興味のある方は、どうぞご参加ください。
みんなの力で上鳥羽のまちを盛りあげましょう!!
ご参加お待ちしております。

上鳥羽北部
“いきいき”
newsレター
つなぐ
人 心 想

京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター
京都市南区上鳥羽南唐戸町 62-2 〒601-8107
Tel. 075-691-9098 Fax. 075-662-0910
ktb-ikisen.jp/

上鳥羽の人・心・想を“つなぐ” いきいき上鳥羽プロジェクト



3年目を迎えた『いきいき上鳥羽プロジェクト』も新型コロナウイルス感染の影響で上半期は思うような活動ができずに中止・自粛という形となってしまいました。



中々、終息の兆しは見えてきませんが、ソーシャルディスタンスを保ちながら、会議を開催し、「ラジオ体操の再開」「上鳥羽農業を考える」「新たなプロジェクト計画」について、メンバーで意見を交換し、話し合いを行っています。
早く地域の皆さんと一緒に活動ができるのをメンバー一同、楽しみにしています。

発行: 京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター 2020年8月発行



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



上鳥羽北部いきいき市民活動センター



上鳥羽の農業を考える

いきいき上鳥羽プロジェクト

私たちの生活の基本である「食」を支えるのは農業です。
そんな大切な農業、特に上鳥羽の農業について考えてみました。



京都市認定生産者 杉山春代さん

お客様からの「新鮮で美味しい！」というお言葉を励みに頑張っています。

以前、私の家では父が主に春はキャベツ、冬は九条ねぎ・金時人参を栽培して京果（青果市場）に出荷していました。現在は主人と私で父が栽培していた野菜に加え、トマト・なす・きゅうり・オクラ・ブロッコリー・カリフラワー・セロリー等を小面積ずつ栽培しています。

トマトはハウス栽培で大玉トマト（ぜいたくトマト）とミニトマトを作っています。オクラは三種類（角オクラ・丸オクラ・赤オクラ）を作っています。赤オクラは加熱すると赤色が変化して白っぽくなるので、私は勝手にマジックオクラと呼んでいます。ちなみに、三種類のオクラともネバネバや味いはほぼ同じで、とても美味しく健康にもいいですよ～。

スーパーで売られている外国産や、国内でも遠地産のものと違い、新鮮なので見た目はちょっと大き目ですが柔らかくて、とても美味しいと自負しています。

作った野菜は自分で販路を探したり、お声をかけていただいたり販路が広がると同時に今までには無かった新たな出会い、つながりができ、楽しくお仕事させていただいています。自分で直接売るときは、お客様からいただく「新鮮で美味しい」、「入荷を楽しみにしている」等のお褒めの言葉がとても嬉しく、励みになります。時には生もの故の苦情もいただきますが、それも温かい励ましのお言葉だと感謝しています。新型コロナの感染拡大で塞ぎがちな世の中の雰囲気ですが、私の作った新鮮で美味しく、体にも良い野菜で、明るく健康に暮らせる日々が1日も早く戻ってくればと願っています。私の最近のニュースは、セブン・イレブン新千本祥鳥橋店に7月から置かせていただけることになりました。これも人との出会い、つながりのおかげです。お店に行かれたら探してみてください。そしてご購入求めいただければ嬉しいです。



ぜいたくトマト（大玉トマト）

甘みと酸味のバランスに優れ、濃い味わいのトマトです。生で食べても美味しく、調理すると、とろけるような滑らかさと、ほどよい酸味が料理にコクと美味しさをプラスします。一般的なトマトに比べ、リコピンが約2倍含まれています。



おなす

セブン・イレブン
春代さんの京やさい
好評発売中！

セブン・イレブン新千本祥鳥橋店
毎週月・水・金の11時頃に店頭並びます。どれでも1袋110円（税込）種類は日によって変わります。何かあるかはお店でのお楽しみ。（お早めに！）お店でご覧になってお求めください。



オクラ（三種類）

左：角オクラ（スーパーファイブ）
中：丸オクラ（島の唄）
右：赤オクラ（島の恋）

※各オクラの味やネバネバは同じです。
※赤オクラも加熱すれば他のオクラと同じ緑色（少し薄い緑色）になります。

京野菜レシピ オクラの美味しい食べ方

春代さんのオクラ バターしょう油炒め

オクラは炒めると表面のうぶ毛も気にならず、下処理が要らないので時短に最適なレシピです。おつまみやお弁当の一品にピッタリ！

材料（2～3人分）
オクラ 9～12本
バター 適量
しょう油 大さじ1/2



- ① オクラは生のまま使用します。
- ② 水洗いしたオクラを切らずにそのままバターで炒めます。
- ③ 柔らかくなったらしょう油を入れからめればできあがりです。

※このレシピでは春代さんの新鮮なオクラを使用しています。使用するオクラによってはガクを切り落として斜め半分に切ってください。

3種類のオクラで作ってみました。右端の緑色の薄いのが赤オクラです。

簡単レシピで
あなたも作って
みませんか？

上鳥羽北部いきいきおひさま発電所 ありがとうございます おかげさまで5年目を迎えました



上鳥羽いきいきおひさま発電所（太陽光発電施設）は、上鳥羽の皆さまを中心に、各企業・各種団体の皆さまからご寄付をいただいで設置しました。開設から5年目を迎えたいまも順調に発電し続けています。

これからも、子どもたちの未来のために環境学習の活動を続け、発信して行きます。これからもよろしく願いいたします。
京都市北部いきいき市民活動センター／認定NPO法人きょうとグリーンファンド

コミュニティガーデン “ohana” 便り

コミュニティガーデン“ohana”は2回目の春を迎えました。

コロナ禍で皆さんにご覧いただけなかったのが残念です。4月にはチューリップを始め水仙、ムスカリなどの草花が咲き、5月になるといろんなバラがガーデンを埋めつくしました。来年は皆さんと一緒に楽しめますように・・・



“ohana”会
メンバー募集中!!
一緒にガーデニングしませんか？
詳しくは、いきいきセンターまで