おひさまカフェ

おしゃべり会やヨガ、クリスマス会や音楽会など…
月に一度、みんなと一緒に楽しめる交流会を行っています！
どなたでも自由に参加できます。
こんなこと聞いてみたい！やってみたい！いろんなアイデアも募集しています。

日時：毎月第２日曜日　午後2時～3時

場所：上鳥羽北部いきいき市民活動センター
及びZoomを利用してそれぞれの場所から

今後の予定（詳しくはお問い合わせください）
・10月13日　ルーシーダットン（参加費：無料）
・11月10日　うたごえカフェ　（参加費：100円）
・12月８日　　クリスマス会　（午後１時～3時・参加費：無料）

上鳥羽北部いきセンの会議室2に「大型鏡」が設置されました。

今回設置された大型鏡は、大人数でも全身が写るので、フラダンスサークルやコーラスサークルの皆さん、空手キッズたちから、ポーズや姿勢・型や立ち位置の確認などに「とっても役立ってます!」と喜んでいただいています。

カーテンを閉めていただくと
従来通りにお使いいただけます。

上鳥羽自治連合会の取り組み

あんしん あんぜん　エコのまち かみとば
子どもたちの未来のために、住みよいまちづくりを推進します！

上鳥羽学区を紹介します！

学区概要

上鳥羽学区は名神高速道路南インターチェンジの近くに位置し、南区内で一番広い学区です。
伝統文化である上鳥羽橋上鉦講中は六斎念仏を継承し重要無形文化財指定を受けています。また、学区の特産品の九条ネギをPRするマスコット(ネギトバちゃん)もいますよ。
向こう三軒両隣を合言葉に、地域活性化とあんしんあんぜんなまちづくりを目指しています。

南区役所内の「上鳥羽学区紹介」にて掲示されています。

制作には上鳥羽北部いきいき市民活動センターと「いきいき上鳥羽プロジェクト 若手サポーター」が協力しました。

イラスト製作中です

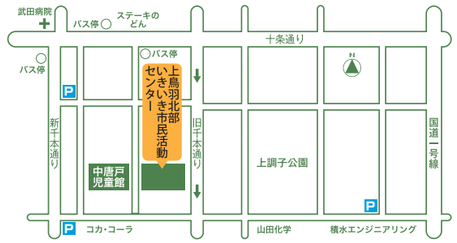
このレターの内容に関するお問合せ、お申し込み、情報提供は
「上鳥羽北部いきいき市民活動センター」までご連絡ください。
Tel. 075-691-9098　E-mail: kamitobahokubu@inetsbb.com

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

「上鳥羽をもっと楽しく元気なまちにするために、やってみたいな！こんなこと」をコンセプトに『上鳥羽が大好き』な仲間が集まり2017年11月に“いきいき上鳥羽プロジェクト”が発足しました。
以来、地域との『つながり』を大切に“地域の人たち”と“上鳥羽北部いきセン”が協力して活動を続けています。
皆さまのご参加も大歓迎です！

発足当時の様子



SNS
Instagram　LINE　YouTube

発行
京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター
いきいき上鳥羽プロジェクト

上鳥羽北部いきいき市民活動センター

ラジオ体操

いきいき上鳥羽プロジェクト

2018 年３月に第１回のラジオ体操が始まり、日頃の運動不足解消と健康維持を目的に参加するようになりましたが、皆さんとの「井戸端会議」も楽しみの一つで、ご近所さんと声を掛け合い、交流が広がっています。参加回数 200 回超えの強者も数名おられますが、みなさんマイペースに毎週金曜日を楽しみにしてくださいますので励みになります。これからもチームワークで島田公園のラジオ体操を盛り上げたいと思います。

島田公園ラジオ体操サポーター

地域や人とつながろう！

●いきいきラジオ体操

- 毎週金曜日　① 上調子公園　午後４時スタート
  　② 島田公園　午後４時スタート
- 毎週水曜日　③ 奈須野公園　午後４時スタート

上鳥羽ミニ検定

上鳥羽の歴史を探るクイズ？

上鳥羽の特産品でもあった「くわい」の葉っぱはどれでしょう？

①

②

③

答えは右下をご覧ください。

上鳥羽 郷土資料室

上鳥羽小学校には先人の知恵や工夫を知ることができる貴重な資料を展示している郷土資料室があるのはご存知ですか？
その中から昔の暮らしを支えた道具を数点ご紹介しまーす。

※いきいき上鳥羽プロジェクトは活動の一環として展示物や資料の整理・整頓などに協力しています。

手漕ぎ（てこぎ）ポンプ車
手動式消防ポンプ

過去幾度も起きた水害時、人々の避難に使われた舟

農業用扇風機
籾殻（もみがら）を風の力で飛ばす道具

足ふみ脱穀機（だっこくき）
足ぶみミシンのようなかんじで、穀類（こくるい）の種を穂（ほ）から取りはなす脱穀に使う。

唐箕（とうみ）
うすなどで籾殻を外した後、風を起こして穀物を籾殻・玄米塵（げんまいちり）などに選別するための農具。

鹿の子絞（かのこしぼり）
上鳥羽の産業として一時代を築いた鹿の子絞。くくり絞りの一種で、染め上がった模様が子鹿の斑点に似ているところから鹿の子絞と名付けられました。
「帯揚げ」「かけ襟」「羽織」「着物」等に用いられる最高級品です。

お知らせ
「第2回 上鳥羽伝承座談会」の開催を10月初旬に予定しています。
上鳥羽の歴史に興味のある方、災害の記憶を伝えていただける方、歴史資料の寄贈などありましたら、センターまでご連絡ください。

いきいき上鳥羽プロジェクト 活動紹介

リフレッシュタイム

毎月第４金曜日　14 時～16 時

いきいきセンター会議室２のカラオケ機器を使って、みんなで楽しく健康づくりをしています。
＊参加無料・お気軽にご参加ください＊

大きな声を出して歌うと免疫力が UP したりリフレッシュできるよ！

歌ったり・お話ししたり、仲間と一緒に、和気あいあいと交流し、楽しいひと時を過ごしましょう！

コミュニティ回収
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みます！

上鳥羽ミニ検定

答え　② ワレ

くわいはオモダカ科の水生植物で、地下にできる塊茎（かいけい）という部分を食用にします。
大きな芽の出ることから「めでたい」とされ、おせち料理に欠かせない食材となっています。

① コーヤ / ③ アサガオ

●上鳥羽のくわい農家 田中さんにお話を伺いました。
昔のレンコン畑が、戦後くわい作りに切り替わり京都の伝統野菜に加わりました。今では上鳥羽と竹田を含め2軒の農家だけが生産する希少な野菜になっています。