

雑司が谷公園  
のホームページ

<https://zoshigaya.club/zoshigayapark.html>



## 雑司が谷の竹取物語

七夕飾りに使う竹がほしい、そういう声を保育園や小学生からいただいていた。確かに最近雑司が谷では竹を見なくなりました。

そこで雑司が谷ひろばくらぶでは、区にお願いして雑司が谷公園と南池袋みどり公園に大きなプランターを置いて竹を植えました。植えた竹は「ホテイチク」。七夕飾りに丁度良い大きさの竹です。小学生や保育園の子供たちが植え付けを手伝ってくださいました。昨年、春に竹を植えたので、今年



は育つかと待っていたのですが、残念ながらもうしばらくは待たなければならぬようです。

ところが、昨年雑司が谷公園のこどもひろばのすべり台の脇に、竹が生えてきたのです。竹が欲しい

という声が届いたのでしょか。生えてきた竹は七夕飾りに丁度良い大きさ。小学校と保育園に連絡して、取りにきていただきました。

おかげさまで、地域の子供たちは、地元で育った竹で七夕のお祭りができるようになりました。

「家族が元気でくらすめますように!」「たくさん泳げるようになります!」と書かれた短冊を見てほほえましくなりました。



## 気をつけて! 点字ブロック

公園内の園路には黄色い点字ブロックが設置されています。これは目の不自由な方がこれを頼りに歩けるように置かれたものです。目の不自由な方は、点字ブロックを足の裏の感触や白杖を使って感じ取り歩いています。弱視の方にとっては黄色い色が目印となっています。

最近、西側の入口付近で、点字ブロックの上に自転車が置かれているところを目にします。これは目に不自由な方にとっては、歩きにくいばかりではなく、とても危険です。点字ブロックの上には自転車を置かないでください。また、それを見かけたら、移動することにご協力をお願いします。



## 丘の上テラス内での飲食

3年続いたコロナウィルス対策が緩和されたことを受け、丘の上テラスの室内での飲食ができるようになりました。床に食べ物を落とさないように注意をしながらのご利用をお願いします。

館内で飲食をする人向けに、ごみ箱を設置しました。これは利用者の皆さんから多くの要望が寄せられていたもので、それに応えての設置となります。

ただし、ごみ箱は飲食の利用者向けです。雑司が谷公園のごみ回収は週1回となっています。腐りやすいものや臭いがでるものを入れないようにお願いします。特に家庭ごみやおむつ、飲料の飲み残しなどを入れるのはご遠慮ください。また、「燃やすごみ」と「燃えないごみ」「ビン・カン・ペットボトル」に分別してご利用をお願いします。



## 雑司が谷公園の 活動団体のご紹介②

雑司が谷公園や丘の上テラスでは、さまざまな団体が活動しています。その中から、定期的に利用し、公園の清掃などのお手伝いもしていただいている団体を連載でご紹介します。

### 雑二ときわクラブです

雑二ときわクラブは、主に雑二町会区域の高齢者が集まって様々な活動をしています。かつては150人以上いた会員も現在では60人程になり、雑二町会区域に限定せず、他町会区域や他区からの入会者も大歓迎です。

活動の目的は、高齢者の健康維持を図ることと孤立化を防ぐことです。

#### ●「丘の上テラス」での活動

- ①丘の上サロンと共同でのとしまる体操＋ボッチャ(毎月曜)
- ②お楽しみ輪投げ・お楽しみボッチャ(月1回ずつ)
- ③誕生お祝い会(年5回)
- ④ビンゴ大会(年3回)
- ⑤ボランティア活動として雑司が谷公園の清掃(月2回)。

①については毎週月曜日 10:00～12:00

②以下は会場が抽選となるため不定期です。

お問い合わせ 03-3981-3448 橋本輝雄

#### ●「区民ひろば南池袋」での活動

⑥輪投げ練習(月2回)

⑦カラオケ会(月2回)があります。

また11月と2月には、近隣の高齢者クラブと合同で、⑧日帰りバス旅行も行っています。

「今日、用がある」「今日、行くところがある」・・・雑二ときわクラブは貴方が家の外に一步踏み出すの待っています。どうぞお問い合わせください。



### —中高年女性のゆるトレ体操— 『華蓉会』

当会は、専門の先生をお招きして、毎週火曜日午前中に丘の上テラスで、健康のための体操を、ゆるーく楽しーくしている、60代～80代女性の自主運営サークルです。

年間を通して、健康運動指導士の先生の下で、体力作り、認知症予防、ストレッチ、柔軟運動、軽い有酸素運動、そして笑いによる気力作りなど様々な運動に取り組んでいます。

雑司が谷地域の様々なスペースをお借りして、会の活動を40年あまり続けてきましたが、丘の上テラスの完成より、現在は心地よい木肌の床で、清々しく楽しく体操を行っています。

長寿社会の到来、いつまでも健康でという願いを、心と体でいざ実践！継続こそは力！（抱負は大きく！）

見学・体験等いつでもご参加いただけます。ご連絡をお待ちしています。

活動日：毎週火曜日 10:25～11:30

お問合せ：090-9231-6981 平 万由美

