

大久保地区・地域だより 30周年記念号  
No.101 さわやかあおくほ

2023年9月30日発行 編集・発行 大久保地域センター管理運営委員会広報部 ☎03-3209-3961



おかげさまで  
開館 30 周年



大久保地域センターを住民の手で運営していくために、1990年開設準備委員会を経て1994年管理運営委員会が改めて組織されました。5月14日には「開館記念五月まつり」が開催されています。生涯学習や、青少年育成、コミュニティ活動の場として大久保地域センターは今年30年を迎えました。

## イベントニュース

## 怪談話 「朗読会」 8月27日(日)

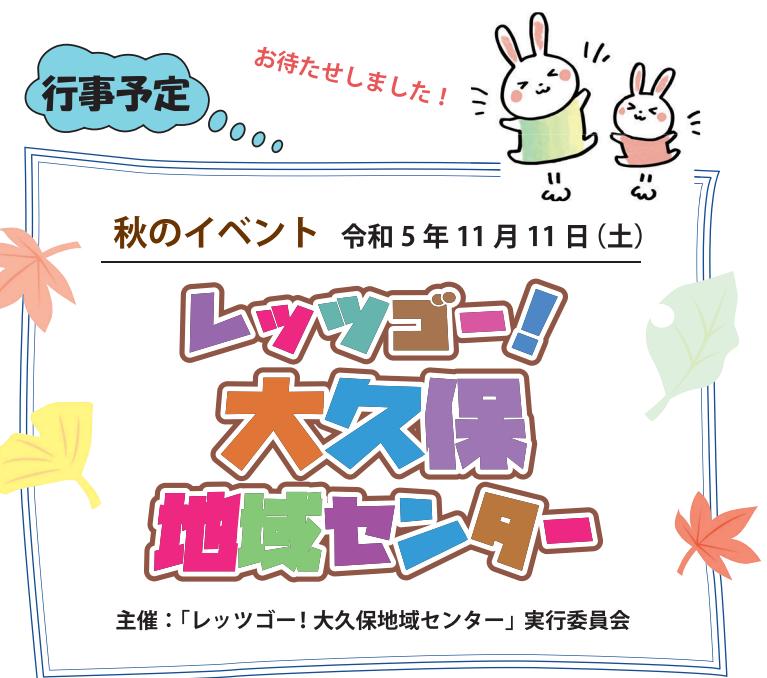


出演：あるていすと  
(戸山朗読会)

演目：「布団部屋」宮部みゆき 著  
「匂いの収集」小川洋子 著  
「ナマハゲと私」辻村深月 著



例年のごとく満員の会場に、囁き声、優しい声、恐ろしげな声、そして突然の絶叫!!が、淡々としたナレーションの中に聞こえてきます。会場はシーンと静まりかえり、咳き一つ聞こえません。素晴らしい朗読会でした。皆様、怖がっていただけたでしょうか。



- ※手づくり味噌教室 令和5年11月28日(火)
- ※日本の音曲あれこれ 令和6年1月21日(日)
- ※フラワーアレンジメント教室 令和6年2月1日(木)
- ※親子パン教室 令和6年2月25日(日)

※行事は変更になることがあります。

## ■編集後記

開館30周年記念号を無事発行することができました。  
取材にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

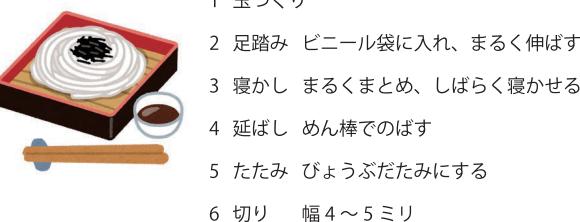
問い合わせ TEL 03(3209)3961  
大久保地域センター FAX 03(3209)3962

## 盆踊り教室 7月16日(日)



お楽しみ曲は“ダンシングヒーロー”でした

## 手打ちうどん教室 8月7日(月)



- 1 玉つくり
- 2 足踏み ピニール袋に入れ、まるく伸ばす
- 3 寝かし まるくまとめ、しばらく寝かせる
- 4 延ばし めん棒でのばす
- 5 たたみ びょうぶたたみにする
- 6 切り 幅4~5ミリ



作りたてのうどん  
おいしかったよ





バルーンアート  
パンプンごま  
新宿レクリエーション協会



**コイン落としゲーム**



さくら日本語サークル



ちゅんれーん 桜美林大学カンボジア支援団体



NPO法人ツーリズムネクスト



新宿警察署

大久保地区協議会



**小さな消防士さん**

子ども消防服で消防車と記念撮影



野菜マルシェ

朝獲れ野菜市



綿菓子・かき氷など



チャリティー指圧



赤十字奉仕団大久保分団



安全・安心分科会



まちの将来像分科会



五月まつり実行委員会

## 大久保地域センターの

# めざすもの

大久保地域センターは開設から30年、新宿区役所・特別出張所・警備室・センター事務局・管理運営委員会本当にたくさんの方々に支えられて、その運営が続けられています。そして、これまで多くのお客様にご利用いただいてきました。大変、感謝しております。

5月20日（土）大久保地域センター「五月まつり」が4年ぶりに開催されました。コロナ感染の影響で3年間実施できませんでしたが、30周年という節目の年に、前出の関係機関の皆さんご参加いたく各種団体の皆さんで実行委員会が組織され、その連携のもとで3年間のブランクを感じさせないイベントを行うことができました。たくさんのお客様にご来館いただきました。

何か、楽しいことが待っているかな....  
誰しもそう感じて、人の集う場所に気持ちが向いていく。

自分の住んでいる地域を見渡すと、今まで知らなかった  
自分の居場所に出会う。

大久保地域センターは、そういう場所でありたい。

## 30周年の今、そしてこれから

地域センターの役割、その存在意義は、地域の様々なグループ・団体の活動を支援し、その用途に応じた部屋を準備してサービスすること、組織された運営委員会が地域のコミュニティのための企画事業を行い、広く周知することにあります。

記念号では開館初期よりセンターを利用し、活動されているグループの中から、7グループに取材し、その思いを語っていただきました。

**日本詩吟学院岳風会**



毎週土曜日の午後、12名の会員がそれぞれ都合の良い時間に来てお稽古をしています。正しい日本語の学びと呼吸法の訓練から始めて、詩を吟じるようになります。詩吟は胸郭を広げ、正しい姿勢でお腹から声を出すので、とても健康的なのです。会員の中にも、喘息で苦しんでいたのに、この会に参加して発作の回数が減ったと喜んでいる人もいます。

このセンターがオープンしてすぐ、お稽古場をこちらに移しました。20数名いた会員が高齢化もあってだいぶ減っていましたが、「五月まつり」では皆さんに喜んでいただきました。多くの方に参加していただきて詩を吟しながらコミュニケーションを楽しんでほしいと願っています。

**スペイン語会話**



ケセラセラ～♪なるようになるわ～明日のことなどわからない♪♪

スペイン語の魂を、まさに表している歌を、スペイン語会話の先生から教えていただきました。

スペインに長い間、生活され、スペインでは外国人として、楽しい事やつらいこと、様々な経験をなさったようです。スペインで出会った沢山の人や経験が、この教室を立ち上げるきっかけとなり、毎週日曜日と火曜日、数人の生徒さんと共に楽しく活動されています。そして、とにかく楽しく、この教室に入ったらスペイン人になりきって明るく、おおらかな時間を！をモットーにしています。

発音のしかた、独特のスペル、色々、教わりながら、私があと20才若かったら、この教室に通い、今頃はケセラセラを歌いながらスペインの街を闊歩したであろう。

**戸山朗読会**



戸山朗読会のインタビューを終え、自分自身の子育ての時代を振り返り、果たして我が子の情緒教育はいかほどのものであったかと、振り返るきっかけを与えられました。

静かな語り口から、立ち上げの歴史や活動内容を感じ「朗読」の奥深さや、新しい世界を垣間見ることができました。

会員数は10人から始まり、現在は6人。最高齢は87才。台本はオリジナルで、まず、数人で原稿の不自然な箇所を指摘しあい、読み合わせをします。

会員の方達の、穏やかな優しい語りかけが静寂な雰囲気を醸しだす、なんて心地良い、時間なんだろう。幼い頃、まだテレビがない時代ラジオの声に耳を傾けていたあの時代にいるようでした。

### ウェン・ドウ



ウェン・ドウとは、カナダ生まれで日本の武道を取り入れた「女性のための護身術」です。30年ほど前にこれを学んだ代表が、グループを作って地域センターオープンと同時期から指導をしていました。しかし現在は中止しており、少人数で主に体ほぐしの体操を行っています。

## 運営委員会の事業 の 思い出 と これから

新宿区の、各地域に1館づつ区民センターを建設するという計画に基づき、1990年に出張所の呼びかけにより、町会・自治会から、商店会から、各種団体や地元の有志、公募によって準備会が発足しました。街の活性化のために、旧社会保険中央病院跡地利用を願っていた地域の有志達の働きかけもあって、願い通り決定し、センター建設でした。角筈地区、箪笥地区に続く二館目です。

### 大久保地域センターの成り立ち

大久保地域センター 管理運営委員会  
会長 森田 忠幸

新宿区の、各地域に1館づつ区民センターを建設するという計画に基づき、1990年に出張所の呼びかけにより、町会・自治会から、商店会から、各種団体や地元の有志、公募によて準備会が発足しました。街の活性化のために、旧社会保険中央病院跡地利用を願っていた地域の有志達の働きかけもあって、願い通り決定し、センター建設でした。角筈地区、箪笥地区に続く二館目です。

大久保は江戸時代から続く歴史ある街、現在は外国人居住者が多く、多文化の街といわれて久しい。高齢者が多く、住民の流动性も高い。古い物と新しい物、異文化がごっちゃになつた特徴あふれる街。この街で生活する人々に利用していただく上で地域センターはどんなことが提供できるのか？常に考え、思いついたら即検討して実行する。そんな活力を失わない大久保地域センターでありたいと思います。

きとしていました。

「五月まつり」という一つのイベントを通して、自分達の住む町、働く町の良さを再確認することにつながれば、それが地域センターのめざす役割の一つなのではないでしょうか？

大久保は江戸時代から続く歴史ある街、現在は外国人居住者が多く、多文化の街といわれて久しい。高齢者が多く、住民の流动性も高い。古い物と新しい物、異文化がごっちゃになつた特徴あふれる街。この街で生活する人々に利用していただく上で地域センターはどんなことが提供できるのか？常に考え、思いついたら即検討して実行する。そんな活力を失わない大久保地域センターでありたいと思います。

地域センターがオープンして間もなく、こちらで練習を始めました。当時は30人ほどの会員がぎやかに出席していました。高齢化によってグループが小さくなっていくのは寂しいことですが、めげずに「五月まつり」にも楽しむ参加しております。

お稽古はマイクを使わず、遠くまで声が届くように大きな声で発声練習から始めて喉の筋肉を鍛えます。「肩の力を抜き(話しかける)喉を開く(丸く)腹筋をきかせて遠くまで聞こえるように」これが基本です。大きな声を出すと血流も良くなるのです。

同友会は歌うだけではなく三味線や、尺八など楽器も扱います。三味線は見た目より重く、年々重さを感じるようになりましたが、これもまた楽しい時間の一端でしょうか。

伝統文化として、そして健康のためにも、若い人達も民謡に関心を持って参加してくれることを願っています。



### 民謡同友会



### 高齢社会ネットワーク グループあみ

地域センターのオープンに合わせ、調理室ができる信じてグループを結成し、活動を始めました。新宿区で6つの食事サービスグループです。メンバーは現在12名、ひとり暮らしで、80歳以上の高齢者を迎えて、すべて手作りの食事を一緒にする、昼食会を楽しんでいます。季節食や行事食も準備したり、6月は保健師さんをお願いして熱中症の予防について学びました。12月はビンゴやゲームで盛り上がります。

メンバーも30年を経て自ら高齢化を迎えています。50代以下の若い力が必要です。家庭料理の数々も楽しく覚えられますので、ぜひご参加ください。



### 「親子合唱団」のホームグラウンド

大久保地区青少年育成委員会の「親子合唱団」は大久保地域センターの4階“多目的ホール”で月2回歌の練習をしています。幅広い年齢の子ども達とお母さんが一緒に歌や手話の練習をしています。練習が終わって椅子を片付けると、みんな裸足になって、まるで運動場のように走り回り、大きい子も小さい子も一緒になって遊び始めます。ホールの横には滑り台や積み木のある小さな遊戯室があって小さな子ども達も安心して遊ばせることができます。

一昨年コロナ禍の為ホールが使用できなかった時は、3階の和室にキーボードを入れていただき練習を続けることができました。「親子合唱団」にとってはホームグラウンドのような地域センターです。毎年様々なイベントを開催している地域センターですが、今年は11月に開催される『レッツゴー！大久保地域センター』に参加する予定です。



### 親子合唱団



地域センターの一番のイベント「五月まつり」をはじめ「レッツゴー！大久保地域センター」や「盆踊り教室」「手打ちうどん教室」「手作り味噌教室」「フラワーアレンジメント教室」「親子パン教室」盛りだくさんの行事を、お正月には「日本の音曲あれこれ」としてお琴、三味線、尺八、琵琶などの演奏をこれからも行っていく予定です。

皆様のご参加あつてのセンターです。ご参加よろしくお願いいたします。

8月現在センターに登録している利用団体は201団体、運営委員は23名です。

### 登録団体の区分別団体数

区分	公共 公益団体	教育	地域活動 福祉	文化 学習	ダンス スポーツ	音楽 伝統工芸	芸術工芸	経済団体	その他	合計
団体数	12	2	42	41	52	28	14	1	9	201
人数	564	19	926	669	1031	643	107	120	170	4249