

4 April 卯月 みのり

2025 年
No.401

特定非営利活動法人 支え合う会 みのり
理事長 吉川 ひとみ
〒206-0802 東京都稲城市東長沼 1270-4

TEL 042-378-8757 (月～金 10 時～18 時) FAX 042-379-1234
✉ <http://blog.canpan.info/sasaeaukai/>
✉ minor1973@energy.ocn.ne.jp

春の妖精たち Spring ephemeral



アズマイチゲ (東一華)



カタクリ (片栗)



ニリンソウ (二輪草)
(がくへんが 7 枚あるものも)



タチツボスミレ (立坪堇)
花色：淡紫色等



エイザンスミレ (叡山堇)
花色：淡紅色等



コスミレ (小堇)
花色：淡紫色等

※花びらに見えるのは「萼片(がくへん)」です。本物の花は、萼(がく)の奥に隠れています。

～自宅まであたたかい家庭の味をお届けします～

稲城市全域食事支援 配食サービス 1 食 700 円 (味噌汁付)

季節の野菜や旬の食材を生かし、栄養バランスのとれた手作りの夕食を作っています。

月 1 回からご利用できます。

詳しくは、☎042-378-8757 ㊟042-379-1234

ミニデーサービス

『たまりば』 ミニパーティーを開催しました!

2月14日(金) 10:00~12:00 若葉台1プラザ大会議室でたまりばミニパーティーを開催しました。各たまりばから25名の参加がありました。心ばかりのお菓子の盛合わせと各種お茶をお供に和やかに交流スタート。

はじめに自分の参加しているたまりばを説明しながら自己紹介をしました。織姫・布ぞうり・ニットの作品も並べていたので、それらを見ながらの交流もありました。時間が経つにつれ、たまりばとは関係なく花の写真を見せ合って話が弾んだり、手作りのパズルが驚きをもって話題になったりしました。



〔織姫・布ぞうり・ニットの作品〕



↑ 〔手作りのパズル〕

「これからウォーキングや旅行ができればいいね」とか、「お習字がしたい」、「ゲームパズルをもっとしたい」など、今後のたまりばへの要望もありました。

都都逸(どどいつ)を保存したいということまで飛び出しました。自分の参加していないたまりばの人達との横の繋がりもできたのではないかと思います。

たまりば開設の本来の目的である居場所づくりはある程度出てきているのではないかと感じました。たまりばの種類・人数も増えて、月平均延べ80名くらいの参加があり、100名に迫る勢いの時もあります。

会場も、移動が困難なことを考えて、サテライトたまりばとして若葉台1プラザ、中央文化センター、平尾の石田さん宅が増えてきました。

今後のたまりばについて、少人数のグループでも要望が叶えられる居場所ができることを夢見て散会となりました。

(文責：野口)



etc

福島テツ子先生 おめでとうございます！

祝

支え合う会みのりで、長年にわたり、
たまりば「みのり句会」をご指導くださっている
福島テツ子先生が、この度、第16回永田青嵐顕彰全国俳句大会で
永田青嵐大賞を受賞されました。応募数8000句の中から、選者の稲畑廣太郎氏
(俳誌『ホトトギス』主宰)と正井良徳氏の両氏から第1位を頂いてのことです。



☆大賞受賞作☆

立ち上る卯浪傾きたる卯浪



卯浪とは5月の季題で、波頭白く海面に立つ浪をいいます。
故郷日本海の荒波の一景
どんと音を立てて白波が立ち上がる怖さを見て育った
思い出を俳句にしてみました。 福島 テツ子

この30年間で福島テツ子先生の指導を受けた人は延べ人数で5000人を超えます。
投句にも丁寧に対応してくださるなど多彩な指導方法の為、年齢層も5・6歳から
90歳代と、とても幅広いものとなりました。

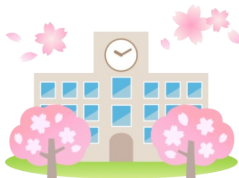
また、高齢の参加者が持参されるお弁当が、お店で買い求めたものが多いことに
気が付かれると、自ら昼食を作られ、ふるまわれる時期もありました。

これからも福島テツ子先生は、たまりば「みのり句会」のご指導を
続けてくださいます。

皆様のご参加をお待ちしています。



みのり



4月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 ◆会食会 城山文化センター	⑤ ◇麻雀 たまりば 13:00~
<div>☆状況によっては予定が変更されます!☆</div> <div>◆: 会食会 ◇: たまりば 特に記載のないたまりばは、みのり拠点にて10:30~</div>						
⑥ カフェ いしだ さんち	7 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館 ◇ニット&布ぞうり 若葉台iプラザ 9:30~14:40	8 ◇句会たまりば 兼題: うど 中央文化センター 13:30~	9 ◇ニットカフェ	10 ◆会食会 第三文化センター	11 ◇読後会たまりば 若葉台iプラザ 12:30~	⑫
⑬ ◇ラミー たまりば 中央文化 センター 10:30~	14 ◇織り姫たまりば	15 ◆会食会 若葉台iプラザ 1F ◇布ぞうり・開けゴマ 若葉台iプラザ 10:00	16 ◆会食会 第二文化センター	17 ◆会食会 城山文化センター	18 ◆会食会 クッキングクラブ 梨穂	⑰ カフェ いしだ さんち
⑳	21 ◇読み合わせ (会報みのり)	22 ★リーダー ミーティング	23 ◆会食会 第三文化センター	24 ◇麻雀たまりば	25 ◇製本たまりば (会報みのり)	㉔
㉕	28 ◇開けゴマたまりば 石田さん宅 13:00~16:00	㉖	30	4月より第3金曜日に若葉台iプラザで開催 されていた「布ぞうりたまりば」は 「開けゴマたまりば」と合体して 第3火曜日10時~に変わります。		

活動報告

1月30日(木) 東京食事サービス連絡会オンライン会議参加
1月30日(木) みのりアフタヌーンティー交流会実行委員会実施
2月 4日(火) ホームページ委員会実施
2月 5日(水) 会食会全体ミーティング実施/第四文化センター
2月13日(木) 理事会実施
2月14日(金) たまりばミニパーティー実施/若葉台iプラザ
2月20日(木) 東京食事サービス連絡会つどいオンライン会議参加

～ 支え合う会 みのりをサポートしています ～

～新鮮な野菜と手作りお総菜～

◆ 日の出屋 ◆ 弁天通り中程
〒206-0812 稲城市矢野口1720
☎ 042-377-7625

合成樹脂販売

◆ 東和産業有限会社 ◆
〒142-0063 品川区荏原4-18-3
☎ 03-3784-0301

4

4月読後会 テーマ本

「家族の言い訳」

森 浩美 著

双葉社

8篇からなる短編集。
どれも親として子として、あるいは夫婦と
して、誰もがどこか思い当たること
のあるエピソード。著者は作詞家として
著名であり、本作が初の小説短編集。









みのり



5月の予定



日	月	火	水	木	金	土
稲城 手づくり 市民 まつり ちらし 寿司 販売	☆状況によっては予定が変更されます！☆			1	2 ◆会食会 城山文化センター	③ 配食有 ◇麻雀 たまりば 13：00～ 
◆：会食会 ◇：たまりば 特に記載のないたまりばは、みのり拠点にて10:30～						
④  カフェ いしだ さんち 	⑤ 	⑥ 振替休日	7 	8 ◆会食会 第三文化センター	9 ◇読後会たまりば 若葉台iプラザ 13:00～	⑩
⑪ ◇ラミー たまりば 中央文化 センター 10:30～	12 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館 ◇織り姫たまりば	13 ◇句会たまりば 兼題：泰山木の花 中央文化センター 13:30～	14 ◇ニットカフェ	15 ◆会食会 城山文化センター	16 ◆会食会 クッキングクラブ 梨穂	⑪  カフェ いしだ さんち
⑬	19 ◇読み合わせ (会報みのり)	20 ◆会食会 若葉台iプラザ 10:00 ◇布ぞうり・開けゴマ 若葉台iプラザ 10:00	21 ◆会食会 第二文化センター	22 ◇麻雀たまりば	23 	⑭
⑮	26 ◇開けゴマたまりば 石田さん宅 13：00～16：00	27 ★リーダー ミーティング	28 ◆会食会 第三文化センター	29	30 ◇製本たまりば (会報みのり)	⑯

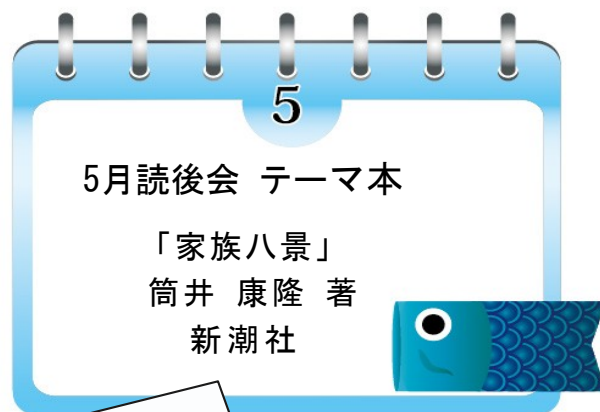


5月4日（日・祝）に城山公園で開催される
市民まつりでちらし寿司を販売します。
是非、足をお運びください！



7年度総会のお知らせ

日時：令和7年6月29日（日曜日）10時より
場所：地域振興プラザ4階会議室



幸か不幸か、生まれながら持っている
テレパシーで人の心を読み取ってしまう
18歳の可愛いお手伝いさんの七瀬。彼女は
転々として移り住む8軒の住人の心にふと
忍び寄ってマイホームの虚偽を抉り出す。

《 青い地球にできること 》

青い地球が私は大好きです。

青い海が大好きです。

海の中で生きている魚たちが、細くなったプラスチックをいっぱい胃に詰まらせ栄養が取れなくなっていくなんて、なんてむごいことでしょう。その状況写真に突き動かされ、ペットボトルを見つけると拾わずにはいられません。家に持ち帰りおふろの残り湯で洗い、回収BOXに戻します。プラスチックが悪いのではありません。それを利用する私たちが適切な行動をとらないときがあるからです。

青い空も大好きです。

青い空の上のオゾン層が破壊されていくのは悲しい。だからごみ処理場の方が言われるようにゴミの重さを減らすよう努めています。

ゴミを減らすために『くうたくん』で努力しましたが、ベランダではうまくいきませんでした。今利用しているのは、百均で購入した干物を干すネットです。ネットに生ゴミをなるべく平らにして干すと冬場でも随分と水分が抜け軽くなり、量も減ります。

温暖化防止になれば、小さなプランクトン、海藻、大小の魚たちの為にも良いのではと希望をもって続けています。

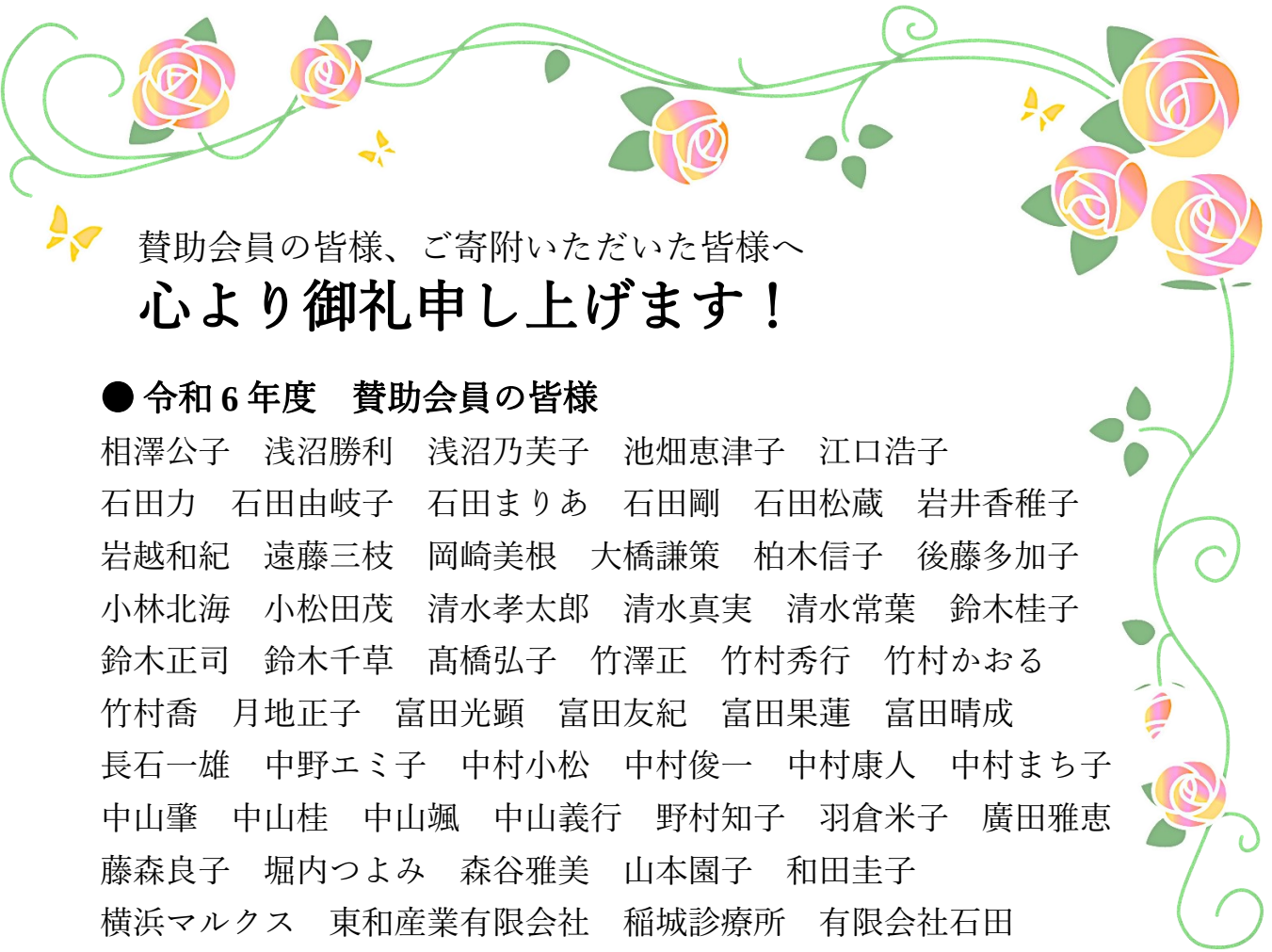
稲城に環境問題に取り組んでいる人たちがいることも知りました。

自分でできることで 青い地球を保ちたい。

田中 春江

<筆者の読者の方々への思いから、通常よりも大きな文字で掲載しました>






賛助会員の皆様、ご寄附いただいた皆様へ
心より御礼申し上げます！

● **令和6年度 賛助会員の皆様**

相澤公子 浅沼勝利 浅沼乃美子 池畑恵津子 江口浩子
石田力 石田由岐子 石田まりあ 石田剛 石田松蔵 岩井香稚子
岩越和紀 遠藤三枝 岡崎美根 大橋謙策 柏木信子 後藤多加子
小林北海 小松田茂 清水孝太郎 清水真実 清水常葉 鈴木桂子
鈴木正司 鈴木千草 高橋弘子 竹澤正 竹村秀行 竹村かおる
竹村喬 月地正子 富田光顕 富田友紀 富田果蓮 富田晴成
長石一雄 中野エミ子 中村小松 中村俊一 中村康人 中村まち子
中山肇 中山桂 中山颯 中山義行 野村知子 羽倉米子 廣田雅恵
藤森良子 堀内つよみ 森谷雅美 山本園子 和田圭子
横浜マルクス 東和産業有限会社 稲城診療所 有限会社石田

(敬称略・順不同)

● **令和6年度 ご寄附いただいた皆様**



赤見次子 小野賢吉 佐々木ツル 末松妙子 関口澄子 中村達也
中村久美子 長石幸子 平川芳則 吉川ひとみ
長石商会 堀江歯科 (株)ブループラネット稲城
会食会ボランティア (第二文化センター、第三文化センター、城山文化センター)
たまりば作品展出品者 匿名各位

(敬称略・順不同)

物品ご寄附の方々、その他色々な形でご支援
いただきました方々に心より感謝申し上げます。

今後とも変わらぬお力添えを賜りますよう
どうぞよろしくお願い申し上げます ♡



みのり句会

兼題 『春暖炉（はるだんろ）』

〔選と評〕 ホトトギス同人 福島 テツ子

春色のマフラー解ける校舎裏 富田 果蓮（高三）

（評）薄手の解けやすい春色のマフラー、校舎裏と詠みこなして
いる作者の純粋な感性の秀句に仕上がっている。

（あいうえお順）

◆春暖炉ここが私の居場所なの 秋草 君枝

◆山小屋の仮寝の一夜春暖炉 石川 れい子

◆春暖炉庭に飛び出し土いじり 江刺 厚子

◆藤椅子に母待つ里の春暖炉 小野瀬 俊江

◆里山に春の光はこぼれたり 瓦崎 八重子

◆春風に良い知らせのせ孫笑顔 菅野 信子

◆風にのり春の香競う花便り 後藤 田鶴子

◆春暖炉座のまん中に居たくなり 白木 弘子

◆アマチュアの演奏もよし春暖炉 田中 弘子

◆春寒しポケットの右手をかくす 富田 晴成（中三）

◆いつまでもだあらだと春暖炉 中村 くみ子

◆冬の夜おふろにはいつてとけた雪 中山 颯（小二）

◆薪残りもう一度入れる春暖炉 野口 貴美子

◆春暖炉仕舞忘れの歌留田箱 榎 卓

◆帰宅してすぐに焚きつけ春暖炉 福島 テツ子

五月 句会の兼題は「泰山木の花（たいさんぼくのはな）」です。

一人三句ですが、兼題二句、他の季語で一句作ってください。

投句の方は、全句を書いた紙一枚、短冊に一句ずつ、百十円切手

三枚（参加費）、返信用封筒（百十円切手と記名）を同封して月末



「句会たまりば」会場変更のお知らせ
4月～ 中央文化センター 13:30～

「支え合う会 みのり」の歩み

一九八三年「稲城の老後を支える会」として発足

一九八四年 会食会サービスをスタート

一九八九年「稲城の老後を支え合う会」と改称

二〇〇〇年四月 特定非営利活動法人 毎日型の配食（夕食）サービスを開始

二〇〇〇年四月 支え合う会 みのりと改称

二〇〇二年 稲城市委託事業 高齢者食生活改善事業を開始

二〇〇三年 稲城市委託事業 かがやき倶楽部みのりを開始

二〇一二年 居場所作り「カフェいしださんち」を開始

二〇一六年 他機関との地域社会づくり連携事業開始

二〇一九年 東長沼に活動拠点を移転

「現在の活動」

◎配食サービス

（東長沼の拠点で週5回 月々金）

◎会食会サービス・クッキングクラブ梨穂

（公共施設等 9会場で開催）

◎ミニデイサービス『たまりば』

◎稲城市委託事業（高齢者食生活改善事業）

◎訪問サービス

◎居場所作り「カフェいしださんち」

◎介護予防・日常生活支援総合事業A

かがやき倶楽部みのり

◎他機関との連携事業

◎広報活動（会報・ブログ）など

この法人は、高齢者の福祉を自分の問題として
考え、支え合いの精神で、在宅福祉活動を行い、
支える者と支えられる者が対等な立場を保ち、住み
慣れた地域に安心して、生き生きと住み続けられる
地域社会づくりに寄与することを目的とします。