



発行：自由ヶ丘地区
コミュニティ運営協議会
住所：自由ヶ丘3-12-11
TEL: 32-5594 FAX: 35-3250
メール：jiyuugaoka-cc@oboe.ocn.ne.jp
http://www.jiyuugaoka-cc.com/

自由ヶ丘人口調査
【令和5年7月31日現在】
世帯数 6,380世帯
人口 14,714人
男性 6,952人
女性 7,762人

子どもわくわくクッキング 食進会

8月2日(水)3年ぶりの開催となった「子どもわくわくクッキング」。調理室から子どもたちの楽しそうな声が聞こえてきます。参加人数は22人。メニューは、おにぎらず・コロコロサラダ・みそ玉・バナナ蒸しケーキ。どれも、夏休みに活躍しそうなメニューばかり☆参加している子どもたちにインタビュー！「包丁使ったことない…初めて使ったよ」「いい匂い、おなか減った～早く食べたい」「見て見て～、蒸しパンがめっちゃ、ふくらんできたよ～」いい笑顔で話してくれました。夏休みの素敵な思い出が1つできましたね。



みんな、
楽しく
一生懸命



最後は、
みんなで、
いただきます



ニュースポーツ運動教室 スポーツ推進委員

7月7日(金)コミセンのホールで行なわれたのは、「ニュースポーツ運動教室」。今回は、ポッチャとビーンボウリングでした。参加されたみなさん、最初はどんな競技かわからないな～という感じでしたが、やっていくうちに「わあ～惜しい!」「力加減が難しいね～」などなど声もテンションも上がります。ニュースポーツには激しい動きはないですが、する人も見る人も競技を楽しめる要素がありますね。



スポーツ推進委員
富山さん 松田さん



ポッチャ

次回は9月1日(金)13:30~15:30です。(毎月第1金曜日開催)
スカットボールとベタンクをします。
参加費1回500円です。
お気軽にご参加ください!



ビーンボウリング



このくらい
の力加減
かな～?



よ～く
狙って、
ホイッ

子どももワクワク 大人もワクワク

夏祭り・盆踊り 自由ヶ丘第1区会・3区会

自由ヶ丘第1区会 夏祭り
8月5日(土)



自由ヶ丘第3区会 盆踊り
8月14日(月)



ふれあいコンサート Jまちカフェ

7月20日(木)コミカルな動きとマリンバの柔らかな音色で始まったのは、ふれあいコンサート♪

なかなか間近で見ることはない楽器ですが、音色は様々で、叩く棒(マレット)の違いで変わります。演目のアフリカンブルースでは、アフリカの楽器ジャンベなど様々な打楽器とマリンバの音色で演奏され、目をつぶるとそこにはアフリカの大地が広がりました。また、映画メドレーでは、曲名を聞いても💡でしたが、音が鳴り始めると💡となる曲ばかりでした。

同じ楽器なのに、曲はもちろん叩き方で音色の変わるマリンバの演奏にココロ弾む時間となりました。

今回から演奏後のカフェも復活し、ティータイムも楽しまれていました。



(左) 打楽器奏者 村岡慈子さん
(中) マリンバ奏者 若菜陽子さん
(右) マリンバ奏者 吉田実奈子さん



参加者もマリンバの楽器体験をしました。



マリンバって
音色にいろんな表情
があって楽しい!
ブラボ～☆



ジェンダー平等推進会

ジェンダー平等をフカボリ

みなさん前号のアンコンシャスバイアスの項目をチェックしてみましたか?世の中には、自分では感じていなくても無意識の偏見や思い込みの状況があることが分かりましたね。でも、無意識のうちにと、気付かないうちに傷つけているのではと不安になりますよね?ポイントはそこです、もしかしたら相手は「傷ついていますというサイン」を出しているかもしれません。例えば…

- ◎急に表情が曇った
- ◎声のトーンが変わった
- ◎会話が止まった
- ◎会話中、目を合わせなくなった



私たちの
サインに
気付いてほしい

など、相手が出したサインに気付くことが大事です。自分の言動が、相手の心の後味をにごしてしまっているかも?と考え、立ち止まってみましょう。そこで一人ひとりがアンコンシャスバイアスに気付けたなら、ジェンダー平等へ近づいていくのではと思います。

さて、次回からは自由ヶ丘地区の取り組みについてフカボリしていきます!