



No.10 TAKE FREE

2017 Summer

公益財団法人 藤沢市みらい創造財団

PR 協力: 小田急電鉄株式会社

特集1

「野外遊び」 における 注意点!

特集2

藤沢市民オペラ鑑賞ガイド

Doctor's Voice!

中高生のスポーツ選手における手のケガ

トレーニングルーム活用術

秩父宮記念体育館トレーニングルーム

リニューアルオープン!!

施設へGO! 八部公園



02	募金報告	10	特集2 藤沢市民オペラ 鑑賞ガイド
03	プール夏期の予定表	12	施設へGO! 八部公園
04	特集1 「野外遊び」における 注意点!	14	職員オススメの本や映画などの紹介 みらい図書館 BOOK 『午前三時のサヨナラ・ゲーム』 MOVIE 『ストリート・オブ・ファイヤー』
08	Doctor's Voice! 中高生のスポーツ選手における 手のケガ	15	児童クラブのおすすめおやつ オーロラ (クラッシュ) ゼリー ボランティアインタビュー 藤原 暢之さん
09	トレーニングルーム活用術 秩父宮記念体育館トレーニングルーム リニューアルオープン!!		

募金報告

4/29(土)～5/5(金)にかけて「みらい子どもフェスタ2017」を実施しました。
 各会場合わせて約35,000人も多くの皆さまにお越しいただきました。たくさんのご来場ありがとうございました。
 また、「みらい子どもフェスタ2017」では、平成28年度熊本地震義援金募金および東日本大震災義援金募金を実施し、熊本地震義援金募金は総額53,634円、東日本大震災義援金募金は55,014円でした。
 ご協力ありがとうございました。

みらい子どもフェスタ	義援金募金	各施設内訳	熊本地震災害	東日本大震災
辻堂青少年会館	まんがまつり		3,300円	3,300円
少年の森	どろんこまつり		2,823円	2,823円
石名坂温水プール	こどもスポーツ祭り		4,456円	4,456円
八部公園	こどもスポーツ祭り		1,791円	1,791円
湘南台文化センター 市民シアター	ファミリーコンサート ファミリーミュージカル		9,112円	10,491円
少年の森	第22回藤沢市子どもフェスティバル		7,136円	7,137円
秋葉台公園	こどもスポーツ祭り		3,267円	3,268円
秩父宮記念体育館	こどもスポーツ祭り		21,749円	21,748円
合計			53,634円	55,014円

くらしとしごと 夢ある未来

私たちはICTを通じて、
 豊かな地域社会の発展と夢ある未来の創造に貢献します。

Yec 株式会社
 ワイワイシーソリューションズ

<http://www.yec.ne.jp/>

プール夏期の予定表

屋内プール (秋葉台公園プール・八部公園プール・石名坂温水プール)

石名坂備考 ■…[石名の日] 5/1~9/25の毎週月曜日は遊泳時間が9:00~20:00
ただし、7/17は夏季営業期間の祝日のため8:30~20:00

7月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

【遊泳時間】 □ 9:30~20:00 □ 8:30~20:00
【休館日】 ●:秋葉休館 ●:八部休館 ●:石名休館

屋外プール (秋葉台公園プール・八部公園プール)

7月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

【遊泳時間】 □ 9:30~17:00 □ 9:30~18:00 □ 8:30~18:00
【休館日】 ●:秋葉休館 ●:八部休館

秋葉台備考 9/12-9/13…水入替及び機械保守点検休館
9/11…ベビースイムday、9/16…キッズアクアスロン
9/19…障がい者プール開放

八部備考 7/23…藤沢市八部公園『夏の救急フェア』
8/11…藤沢市八部公園フェスティバル
8/28…第19回泳力認定進級テスト みらい水泳大会in八部公園



幼児～小学生対象

無料体験受付中

たのしいスポーツ教室がいっぱい!

学校用具を用いて、無理なく楽しく体力がつく

スポーツランド教室

【幼児クラス】 (金) 15:50~16:50
¥5,724/月4回
(第1・3土) 8:20~9:20
¥2,916/月2回
【小学生クラス】 (金) 17:00~18:20
¥5,508/月4回
(第2・4日) 8:30~9:50
¥2,808/2回

会場:
第2・4日曜→大越小学校
その他の曜日→善行小学校体育館

サッカーのポイントや仲間との楽しさがいっぱい

サッカー教室

会場:善行小学校校庭

【小学生】 (火) 16:30~17:50
¥5,724/月4回
(第2・4土) 8:30~9:50
¥2,916/月2回

少人数制で跳び箱・鉄棒・マットがグングン身につく

グループジム

会場:善行小学校体育館

【小学生】 (月) ① 16:00~ ② 16:50~ ③ 17:40~
¥3,888/月3回

スポーツの家庭教師・・・自転車・なわとび・走り方・トランポリン
とび箱・てつぼう・キャッチボール・他応相談

ペアトレ

【1時間 ¥3,240】
【30分 ¥1,620】

地域総合型スポーツクラブ

一般社団法人 善行大越スポーツクラブ

住所:藤沢市善行団地6-1 善行小学校西門
HP: http://www.cityfujisawa.ne.jp/~zosc/

電話:0466-77-5345

入会時は別途諸費用あり

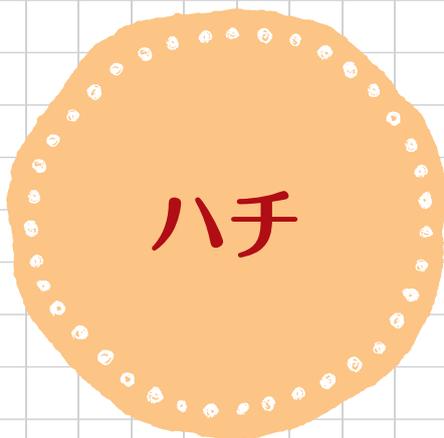
メールでの問合せはこちら
zosc@cityfujisawa.ne.jp

特集 1

「野外遊び」における 注意点!

梅雨が明ければ、子どもたちには待ちに待った夏休み！山や海へと出掛ける機会も増えると思います。

でも楽しいお出掛けも怪我があっては大変。そんな時、今回の特集を参考に楽しい夏を過ごしてください！



ハチ

春から秋までの時期は、ハチの活動が活発になる時期です。ハチには色々な種類がありますが、特に攻撃的で毒性の強いスズメバチには要注意！

最悪の場合はアナフィラキシーショックを起こして死に至るケースもあります。スズメバチを見つけたら不用意に近づかないことが大切です。

ハチに刺された場合の応急処置はどのハチでも基本的には同じです。

- ①患部を流水で冷やしながら洗う（ハチの毒は水に溶けやすく、毒を薄めます。また冷やすことで腫れ、毒の回りを抑える効果があります。）
- ②患部から毒を出す（指で患部をつまんで毒を出す、または市販の「吸引器」を使用。）
- ③市販の虫刺され薬抗（ヒスタミン系成分を含むステロイド系軟膏）を塗り、保冷材で患部を冷やす。

応急処置が終わったら、できるだけ早く病院や診療所で診察を受けましょう。

また、アナフィラキシーショック等の症状が出ている場合には救急車を呼ぶことが大切です。



熱中症

熱中症は、気温や室温が高い中で作業や運動することで、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなり、めまいやけいれん、意識障害などの様々な症状を起こす病気です。

熱中症を予防するためには、こまめに水分や塩分を補給することが大切です。また、運動時などは適度に休憩をとることが大切です。

めまい、立ちくらみなどの熱中症の症状が出た場合の対処法は下記のとおりです。

- ① 涼しい場所へ移動・体を冷やす・安静・水分と塩分の補給をしましょう。
- ② 症状が改善しない場合には救急車を要請または病院や診療所で診察を受けましょう。



川遊びでの水難事故

夏はアウトドア等のレジャーシーズンということで、毎年、河川での水難事故が多発しています。水難事故は死に直結することが多く注意が必要です。

川遊びにおける注意点は下記のとおりです。

- ① 川は常に水位や流れが変化するので、危険を示す看板の有無、天気や水の流れを確認しましょう。
- ② 川遊びへは一人で行かない。保護者や水泳の熟練者と一緒に行きましょう。
- ③ 川遊びをする時は、ライフジャケット、濡れても大丈夫な服装・運動靴（ウォーターシューズなど）を着用しましょう。



海での危険や不測の事態にそなえて

海って…

夏はアウトドアでのレジャーを楽しむ機会が増える季節です。特に藤沢市は海に面しており、海水浴を楽しむ人がたくさんいると思います。まぶしい太陽、真っ青な海、広い砂浜、たくさんの生き物…楽しい反面、自然ならではの危険があり、遊ぶ時には十分に注意が必要です。遊びに行く前に海のことを知って、安全に楽しく過ごしましょう。

①準備するもの

- **水着やゴーグル**
海に入るなら、必要ですね!
- **飲み物や食べ物**
熱中症対策にもなります!
- **ビーチサンダル、アクアシューズ**
砂浜の移動、岩場で遊ぶ時に便利です!
- **日焼け止め、ラッシュガード**
日焼け対策をきちんとしましょう!

③海に入るときに注意

- **1人で泳がない**
必ず複数で海に入りましょう。
- **体調が優れない時は海に入らない**
体調不良や睡眠不足の時は事故につながる危険が高くなります。
- **適度に休憩をとる**
水分補給や休息も楽しく遊ぶために必要です。
※保護者の方は、子どもだけで遊ばせないようにしましょう。
水深が浅くても、転倒して溺れたり、波に流されたりすることがあります。
必ず付き添い、目を離さないようにしましょう。

②天候・環境

●悪天候の時には絶対に入らない

台風の前夜など、天候によって潮に流されやすい時があります。

●離岸流に注意

【発生しやすい場所】

- ①近くに人工構造物があるところ
- ②波が海岸に対して直角に入る海岸
- ③海岸が外洋に面しているところ
- ④遠浅で、海岸線が長いところ

【離岸流に流されたら】

- ①離岸流に巻き込まれても慌てない。
(流れに逆らって泳がない)
- ②岸と平行に泳ぐ。
- ③沖向きの流れから抜け出せたら、岸に向かって泳ぐ。

離岸流とは

海水が川のようにって沖へ戻る流れのことです。海岸に向かって強い風が吹くと、海水は波となって沖から海岸へ打ち寄せられます。そうすると、水はどんどん岸にたまるので、どこから沖にもどろうとします。この時、岸から沖の方へ向かって一方的に流れる速い流れのことを離岸流(リップカレント)と呼びます。

●雷に注意

7月・8月は雷が多い季節です。「広く開けた場所」である海も注意が必要です。海辺に落雷があると、周囲の海中に電流が広がります。海水は電気をよく通すので危険です。

落雷の危険を感じたら、すぐに浜辺に上がり避難してください。水中では動きが鈍くなるので、早めの行動が必要です。

【天気情報を確認しよう】

落雷にあわないための最善の方法は、天気情報を確認することです。雷雲情報などこまめに確認しましょう。

【雷雲が去ったか確認するには】

雷鳴後30分を経過し、次の雷鳴が聞こえなくなったら、遊泳再開の目安となります。その時も、天気情報を入手して、周囲に次の雷雲がないか確認してください。

●「遊泳区域」で遊ぼう

案内掲示を確認し、危険な場所へは近づかないようにしましょう! 急に深くなる場所があったりするので、注意が必要です。

着衣泳を覚えよう!

いよいよ本格的な夏を迎えます。夏と言えば海! プール! 多くの方の笑顔が見ることができでしょう。そんな中、毎年後を絶たないのが水難事故。

もしも水難事故にあってしまった時のために、万が一の手段の一つとして知られているのが「着衣泳」です。

より多くの方に正しい「着衣泳」を覚えてほしい!

そんな「着衣泳」を体験できるのが、7月15日(土)に石名坂温水プールで開催される「WakuWaku夏!!ISHINA」です!

普段は水着でしか泳ぐことのできないプールですが、「WakuWaku夏!!ISHINA」では、服を身に付けていただき、着衣の状態ではどれだけ水の中で動きにくいかを体験していただきます。また、万が一、落水などの水難事故にあってしまった時の対処法をお教えします! プールでなら危険生物も紫外線も気にすることなく安全に着衣泳を体験できます!

海で泳ぐ前にぜひ石名坂温水プールで着衣泳を体験しましょう!

WakuWaku 夏!! ISHINA 着衣泳のご案内

日時: 7月15日(土) 12:20 ~ 13:00

場所: 石名坂温水プール

申込方法: 当日、来館にて先着順

費用: 無料

定員: 50人

対象: どなたでも

(持ち物: 濡れても良い普段着の上下 (貸出あり))



{ Doctor's Voice! 10 }

ドクターズボイス

藤沢市医師会のご協力により、体や健康についてスポーツ医学を中心に、医学の面からの見解や助言を掲載していきます。スポーツをされている方、これからされる方、是非参考してみてください。



湘南中央病院
院長 池田全良先生

高校野球は7月に入れば夏の県大会が始まる。試合に出場するために選手は日々の厳しい練習を積み重ね万全な体調で臨むことが強いられるし、野球部の監督は各々の思惑でベストな選手を起用するであろうが、出場選手枠は限られる現実がある。高校3年生にとっては最後の夏である。頑張っている選手が大会を前にした練習でケガをすることは不運であり、そういった選手を診るに付け、治療する側として何とか力になりたいと努めているが、それ以上に本人にとっては極めて残念であり精神的な衝撃を察するに計り知れない。

中高生の野球における手のケガは、イレギュラーバウンドなど打球がグラブをはめていない利き手を直撃して発生することが多い。一見、”突き指”として放置されてしまうこともあるが、硬球の瞬間的な衝撃は指の骨と関節に種々の外傷をきたす。その主なものはマレット指、指の関節損傷、指節骨・中手骨の骨折などである。速やかに整形外科（特に手外科専門医）を受診して適切な診療を受けることが望ましい。このようなケガを放置することで将来的な機能障害が重大な場合がある。成長期にある中学生では、外傷後の回復は大人に比べればはるかに

中高生のスポーツ選手における手のケガ

に期待できるが、特に高校野球は3年間という限られた時間が勝負であり、治療は優先されて然るべきであるがそれに携わるドクターにとっても悩ましい限りである。野球にまつわる手のケガで大学野球のスラッガーやプロ野球選手にみられるものに有鉤骨鉤骨折がある。これは打者がボールを打つあるいはファールチップのスイングなどでバットのグリップエンドが手の平を直撃することで生じる骨折である。これも早期復帰には適切な処置を要する。

近年は野球と同様、中高生の部活においてサッカーは人気あるスポーツのひとつである。サッカーボールは野球の硬球とは異なりヘディングなど頭でボールを受ける。基本的に手で捕球することがないため、ゴールキーパーでなければ、指のケガはあまり経験しないように思える。しかしタックルされて転倒し手を着いて受傷するケガは稀では無い。小中学生ではサッカー中に転倒し、腕を骨折（橈骨遠位端骨端線損傷など）することは日常診療でよく経験する。また、手関節のケガで舟状骨骨折や月状骨周囲脱臼などは重症である。特に舟状骨骨折は比較的発生頻度が高く、骨折によって骨の血流が阻害されるため骨癒合し難い。そのため放置すれば偽関節（骨折が骨癒合しない状態）に陥り、手関節の機能障害を引き起こす。従来この骨折には長期間のギプス固定が施されていたが、ギプス固定による日常の不自由さから開放し骨折をしっかりと固定する目的で手術が選択されることが多い。また、最近では手術と同時に超音波骨折治療を併用して骨癒合期間の短縮を促す治療も試みられる。

中高生のスポーツ選手に限らないが、手指・手関節のケガで疼痛や腫脹があればまず医療機関を受診し適切な診療が望まれる。



すべては、
ゲストの方々の満ち足りた
移動時間のために。

HINO
LIÉSSE II



N04C-VJ5MT車

横浜日野自動車株式会社



〒251-0001 藤沢市西富730-1
TEL: 0466-81-0135 FAX: 0466-83-0979

トレーニングルーム活用術

秩父宮記念体育館トレーニングルーム リニューアルオープン!!

秩父宮記念体育館のトレーニングルームが2017年4月8日(土)から、リニューアルオープンしました。皆さま、ぜひご利用ください!

※ご利用の前にトレーニング登録講座を受講する必要があります。(予約制)



秩父宮記念体育館
トレーニングルーム
QRコード



NEWマシンの紹介

①スキルミル (自走式ランニングマシン)

ウォーキングやランニングに加え、全身および下肢の筋力トレーニングも行えます。



②ネバータイトハム (ストレッチ系マシン)

ももの裏、臀部の柔軟性を高めます。腰痛の予防や改善を期待できます。



その他

- ・ランニングマシンが増えました!
- ・多数のマシンを最新モデルに更新!
- ・トレーニングルーム内にWiFi完備!

こころからだに、おいしいものを。

DyDo



うまみ Blend

NEW

コク豊か、ほのかにフルーティー

おいしい! は、ブレンドで進化する。

ダイドードリンク株式会社

特集 2

藤沢市民オペラ鑑賞ガイド

藤沢市民オペラの2015-2017シリーズの最終章として、今年11月に園田隆一郎芸術監督渾身の歌劇『トスカ』をお届けします。

2016年2月に藤沢市民オペラシリーズの1つとして開催した『蝶々夫人』と同様にG.プッチーニの代表的な作品で、曲のすばらしさはもちろんのこと、イタリアオペラならではの華やかな舞台、衣装を観る事ができます！

オペラの醍醐味を味わえる作品なので、初めての方にもおすすめです！！



藤沢市民オペラ2015-2017シリーズ

～運命に翻弄されながらも、歌に生き、
恋に生きた歌姫トスカの物語～

歌劇 トスカ

(G.プッチーニ/全3幕・原語上演・字幕付)

2017年11月19日(日)・23日(木・祝)・25日(土)・26日(日)

14:00開演 (13:30開場)

指揮：園田隆一郎 演出：栗國淳

Cast	(19日/25日)	(23日/26日)
トスカ	砂川涼子	佐藤康子
カヴァラドッシ	村上敏明	笛田博昭
スカルピア	大沼 徹	黒田 博
アンジェロッティ	高橋啓三	後藤春馬
		ほか

管弦楽：藤沢市民交響楽団 合唱：藤沢市合唱連盟
制作：藤沢市民オペラ制作委員会

チケット 料金 (全席指定)	S席	8,500円	A席	6,500円
	B席	5,000円	C席	3,500円

※B席・C席に限り23歳以下1,000円

チケット取扱い

- ①藤沢市民会館0466-23-2415
- ②湘南台文化センター市民シアター0466-45-1550
- ③チケットぴあ0570-02-9999 <http://pia.jp> (Pコード: 334-072)
- ④ローソンチケット0570-000-407 (Lコード: 34728)
- ⑤イープラス<http://eplus.jp> (パソコン・携帯)
- ⑥カンフェティ (Gettii) <http://www.confetti-web.com>

※23歳以下1,000円券の取扱いは、①②のみ。
※受付時間は9時から17時まで。
※月曜日及び祝祭日の翌日は休館日(月曜日が祝日の場合は翌日が休館日)。

第23回
藤沢市民オペラ



指揮：園田隆一郎



演出：栗國淳

会場

藤沢市民会館

〒251-0026藤沢市鶴沼東8-1
(藤沢市民会館内)

※市民会館には駐車場はございません。
奥田公園駐車場(有料)をご利用下さい。
なお、駐車場の台数には限りがございますのでなるべく公共交通機関をご利用下さい。



地図

JR・小田急・江ノ電藤沢駅南口下車
徒歩約10分



Tel : 0466-28-1135/Fax : 0466-25-1525
<http://www.f-mirai.jp>

藤沢市民会館 客席ガイド

劇場で観劇する際に「どこでみる」ということは、大きな要素になります。
ソリストの表情や細かな表現を見たい方、舞台美術、合唱団など舞台を全体的に見たい方、マエストロ、オケを見たい方、音楽の響きを感じたい方など鑑賞方法は様々です。
今回は、座席からの見え方、今までにご来館いただいた方々の感想などを取り上げてみました。
舞台演出や装置、大道具によって実際の公演とは異なる場合もございますが、チケットご購入の際などのご参考にしてみてください。

5



12列目は中通路に面しているので広々です。

1



舞台に向かって前方は出演者が見やすい!

大ホール座席表



6



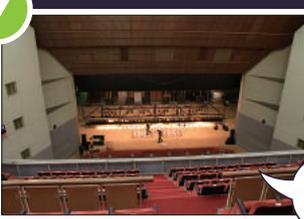
15列目あたりから後方は、頭上に2階席が張り出してきている(1階席はこのあたりの音が良いとの声も?)。

2



舞台からは遠くなりますが、舞台全体を見たいときはよいかも?

7



3



最前列は音が良いと評判です。

4



全体を見るには良いですが、舞台のつくりによっては見切れてしまうこともあります。
・本公演では、23歳以下のお客様は1,000円で鑑賞できます!

MEMO

- ・ストーリーはフィクションですが、舞台となっている場所はイタリアに実在しています。
- ・1日(およそ24時間)のお話。
- ・劇中のアリア「星は光りぬ」は、フィギュアスケートの本田武史選手、エヴァン・ライサチェク選手、エフゲニー・プルシェンコ選手の競技曲に使われたことがあります。

うるおいと喜びを。
<http://www.jbinc.co.jp>

ジャパンビバレッジは、北海道から沖縄まで全国各地に事業所をもつ自動販売機オペレーターとして、うるおいと喜びをお届けしています。

施設へGO!

八部公園へ遊びに行こう!

八部公園には市民の健康作りのためのさまざまな施設があります!

トレーニングルーム

利用料金 大人300円 中学生100円
60歳以上市民割引240円

注意事項

- 小学生以下は利用できません。
- ご利用の際には、あらかじめ利用者登録が必要です。登録には講座の受講が必要になります。



八部公園プール

屋内▶25mプール/幼児用プール/ジャグジー
屋外▶25mプール/幼児用プール

利用料金 大人400円 小中学生100円 60歳以上市民割引320円

注意事項

- 水泳帽は必ず着用してください。
- 日常生活でオムツが完全にとれていないお子様はご利用できません。
- 小学校3年生以下のお子様は保護者(16歳以上)の付き添いが必要(付き添い者1人につき3人まで)になります。必ず一緒にプールに入ってください。



サウナルーム

利用料金 500円 60歳以上市民割引400円

注意事項

- 石けん、シャンプー・リンス等の備え付けはありません。ご持参ください。



八部公園 (テニスコートと野球場の利用にはあらかじめ利用者登録が必要になります。)

【所在地】 藤沢市鵜沼海岸6-12-1
TEL 0466-36-1607 FAX 0466-36-1754

【アクセス】

バス：藤沢駅北口より鵜沼車庫行き「運動公園前」下車

電車：小田急江ノ島線「鵜沼海岸」駅下車、徒歩10分

【駐車場】 92台(2時間まで無料)

【休館日】 年末年始・第2・4月曜日(休日の場合はその翌日)

プールは毎週月曜日(休日の場合はその翌日)、

休日の翌日(土曜日・日曜日及び祝日の場合は開館)

臨時休館・休室をする場合がございますのでご了承ください。

【時間】 プール9:30～20:00(入場19:30まで)

トレーニングルーム9:00～21:00(入場20:30まで)

サウナ11:00～20:00(入場19:30まで)

※夏期は休館日及び時間に変更になります。詳しくは、P3「プール夏期の予定表」をご覧ください。



八部公園夏のイベント

みらい水泳大会 in 八部

進級テスト終了後にプールを貸し切って様々なイベントを開催します。プール大好きっ子集まれ～!

- 開催日** 8/28 (月)
- 対象者** 100人 (小学生)
- 参加料** 500円
- 申込み** 7/1 (土) ~ 来館・先着順 (石名坂・秋葉台でも可)



第19回泳力認定進級テスト

本財団独自の認定基準で泳法を認定します。自分の泳ぎがどのくらいのレベルなのかチャレンジしてみよう!

- 開催日** 8/28 (月)
- 対象者** 100人 (高校生以下)
- 参加料** 500円
- 申込み** 7/1 (土) ~ 来館・先着順 (石名坂・秋葉台でも可)



スタジオプログラム

八部公園では毎日さまざまなスタジオプログラムを開催しております。ヨガやピラティス、エアロビクスなど初心者の方からでも気軽に参加できるプログラムとなっております。

- 対象者** トレーニングルーム登録者
- 申込み** プログラム開催1時間前より受付

藤沢市八部公園フェスティバル

地域の方々に感謝の気持ちを込めて公園内で模擬店、野菜即売会などのイベントを開催します。

また、公園内では消防車の展示、プール内では水上アスレチックを開催します。

- 開催日** 8/11 (金祝)



みんな八部公園に集まれ～!
夏休みは八部で遊ぼう!
(*´▽`*)

KIRIN



東京キリンビバレッジサービス株式会社
藤沢営業所

〒251-0011
神奈川県藤沢市渡内3-2-13
TEL 0466 (26) 6930

東京キリン 藤沢



BOOK

『午前三時のサヨナラゲーム』



深水黎一郎 著
ポプラ社 刊

小学校2年生の頃から野球大好き少年だった私は、大人になっても家でのチャンネル争いの主導権を握り、ご多分に漏れず、TVの前であろうが、スタジアムであろうが、配球や監督の采配にあれこれ言いながら観戦し、家族にウンウンと頷かれるどころか、呆れられながらも、マイペースで楽しんでいきます。

これは、野球がサッカーやバスケットなどの他の多くの球技と異なり、一打一打あるいは攻撃手段・選手交代といった采配に、いくつもある選択肢の中から一球毎に考えることができる間がある、野球特有の楽しみ方があるからではないか、と思っ

ています。
(ただし、試合が終わってからのいつまでも、試合内容に対してウダウダ言うのは反省した方がいいかもしれません。)

本書は、ミステリー作家である深水黎一郎氏が、私のような野球特有の面白さに取りつかれた人々を描く短編集で、熱烈なロケットファンだった元恋人と再会する男の妙なしんみりとした表題作から始まり、野球ファンなら良く知っている伝説となったペナントレース最終戦の1994年10月8日巨人・中日決戦や1998年横浜ベイスターズ38年ぶりの優勝(昭和35年優勝当時は、前身の大洋ホエールズ)など、9つの作品で構成されています。

斜に構えたドラゴンズファンであり、ちよつと癖のあるミステリー作家である著者のこの作品は、素直に読み進めると「あれっ」と思われ、あれやこれやの変化のある書きぶりに翻弄され、思わず嘖然とすることしきりです。

また、軽快でトリッキーな語り口の心地よさに、読み終わった後、物静かに野球観戦している人でさえ、なるほどと思うかもしれません。

野球好きな方はもちろんのこと、そうでない方にもお勧めできる作品です。興味がある方は、ぜひ一度一読ください。

巨人・大鵬・卵焼き時代からの野球ファンの気持ちだが、多少ご理解いただけるかもしれません。

(青少年事業部 渡邊博明)

MOVIE

『ストリート・オブ・ファイヤー』



DVD ¥1,429+税
発売元：NBCユニバーサル・エンターテイメント

【主なスタッフ】

監督：ウォルター・ヒル
製作：ローレンス・ゴードン、

ジョエル・シルバー

出演者：マイケル・バレ、ダイアン・レイン、ウィレム・デフォー、リック・モラニス、エイミー・マディガン

音楽：ライ・クーダー

製作年度：1984年

【紹介】

『A ROCK&ROLL FABLE (ロックンロールの寓話)』・『ANOTHER TIME, ANOTHER PLACE... (いつかのどこか...)』そんなオープニングクレジットから始まる青春アクション映画。

【あらすじ】

ストーリーは単純明快！ライブ会場からギャング団ボンバーズに拉致されたロック歌手エレン(レイン)を、かつて恋仲だったトム(バレ)がエレンのマネージャー(モラニス)と軍隊帰りの女(マディガン)と協力して助け出し、仕返しに来たボンバーズのリーダー・レイヴェン(デフォー)を叩きのめして去って行く。勸善懲惡な物語の中にも友情や愛情、信頼といったエッセンスが散りばめられ、加えてアクション映画でありながら人が誰も死な

ない、誰も殺さないということもこの映画の魅力となっており、至極の娯楽作品と

なっています。時代背景や夜間の設定が多く全体的に暗い映像の中に、ネオンサインやヘッドライト等の色彩や光源を効果的に配置し、当時としては斬新な場面転換を試みている点も深く印象に残っています。

公開当時、十代後半だった私はノンストップで展開するストーリーと共に、劇中で使用されていた楽曲にも魅せられ、輸入盤のサウンドトラックを初めて購入した記憶があります。特にエレンの歌う映画冒頭の「Nowhere Fast」やエンディングの「Tonight is What it Means To Be Young」は、この映画を普通のアクション映画から一ランク引き上げるスパイスとして最大の効果を発揮していました(残念ながらダイアン・レインは口パクでしたが...)。「Tonight is...」は日本でも「今夜はANGEL」というタイトルでカバーされ、テレビドラマの主題歌にもなっていたので記憶されている方もいらっしゃるかもしれませんね。往年のギターリスト、ライ・クーダーも参加しているサントラも聴いてみる価値があるかもしれません。

彼女の夢のために別れを選び、ピンチには助けに現れ再び去って行く、男にはこんな生き方もあるのか?などと思ひ憧れたりもしましたが、現実はまだで違う生き方になってしまいました(笑)。公開から30年以上経過しましたが、青春の一頁として心の片隅に残っている作品です。

(芸術文化事業課 富田浩喜)

健康習慣 始めませんか?

有限会社 志村牛乳店

TEL/FAX 0466-81-7487

藤沢市善行5丁目1番12号

月極めでご自宅まで

お届けいたします。

児童クラブのおすすめおやつ

オーロラ(クラッシュ)ゼリー



材料

A ジュース(100%) 300cc
 砂糖*好みて増減……………30g
 粉ゼラチン…………… 5g

B サイダー…………… 300cc
 砂糖*好みて増減……………10g
 粉ゼラチン…………… 5g
 かき氷用シロップ(色づけ)
 ………………適用

トッピング

季節の果物・フルーツ缶・ホイップ等

作り方

- ①ジュース・サイダーどちらも100ccに砂糖と粉ゼラチンを入れ電子レンジ(500w)で10秒ずつ温めよく混ぜる。
ゼラチン・砂糖が完全溶けるまで繰り返す。
(ゼラチンは80℃で溶けます。沸騰NG)
- ②残りのジュース・サイダーをゆっくり混ぜながら入れる。サイダーはシロップを入れて良くかき混ぜる。
- ③冷蔵庫に入れ固める。
(バット・平たい容器等は早く冷え固まります。)
- ④ゼリーが固まったらフォークなどでほぐしキラキラさせる。
- ⑤カップにスプーン等で層にして入れる。
- ⑥トッピングをして完成。

おすすめポイント

子どもたちが大好きなゼリー。ゼラチンは体の維持成長に必要なアミノ酸が含まれていて消化も良くおやつにはピッタリです。
 子どもと一緒に簡単に作ることができ、カラフルでいろんな味が楽しめるゼリーです。
 パリエーションを考えながら楽しんで作ってください。



Volunteer Interview

ボランティアインタビュー

ふじわらのぶゆき
藤原 暢之さん

(公財) 藤沢市みらい創造財団の青少年事業課では子どもを対象とした事業を行っています。
 そしてこれらの事業では多くのボランティアの方によって支えられています。

今回のボランティアインタビューでは、藤沢市内の小学5・6年生が対象の小学生リーダーズスクールでボランティアとして活躍されている藤原暢之さんにお話を伺いました。

Q 藤沢市みらい創造財団の事業でボランティアを始めたきっかけは何ですか？

私は小学5、6年生の時に、小学生リーダーズスクールという事業に参加していました。それはとても楽しくて、すごくいい経験になりました。その後、生徒会など色々なことに積極的に参加できるようになりました。そして、大学2年生のときまた藤沢みらいプロジェクトという事業の講師として関わり、その時に、小学生リーダーズスクールでお世話になっていた職員の方に声をかけていただいたことがきっかけでボランティアを始めました。

Q これまでに経験されたボランティアで一番印象に残っているものは何ですか？

ボランティアを行った中で一番印象に残っていることは、小学生リーダーズスクールの宿泊研修でキャンプファイヤーをやったことです。普段からボランティアで子どもと関わることはありますが、その中でもキャンプファイヤーは直ぐにみんなの気持ちがひとつになる素晴らしいものです。一瞬で仲良くなり、心がひとつになれる新鮮な感覚を味わえたことが特に印象に残っています。多くの時間を使って準備を重ねて

きたこともあり、緊張もしましたが、それを乗り越えたからこそ本番のキャンプファイヤーのあの感覚は忘れられません。

Q ボランティアをして良かったことは何ですか？

準備が大変だったり、悩んで考え抜いたりすることは多くありますが、頑張った分だけ子どもたちがいい反応をしてくれたり、喜んでくれたりすることにやりがいを感じます。
 自分たちで企画したことを子どもたちが受け入れてくれて、全力で楽しんでくれる姿を見るとやっぱり止められないなと思います。笑顔が100倍、200倍で返ってくる、それを味わえるのがボランティアをすることの良さだと思います。

Q ボランティアをして自分が変わったことはありますか？

ボランティアをすると人と関わる幅が増えて、自分自身が成長できると思います。一人だと自分の限界をどうしても決めてしまっていますが、人とのかわりの中で、一人ではやらないことをやってみたり、一人では諦めてしまいそうなこともみんなと時間をかけてやってみると、超えられない壁はないと感じられます。何でもやってみることが大事だと感じました。
 また、ボランティアを通して自分の仕事を見つめ直すきっかけになりました。子どもは色々な表情、姿を見せてくれます。特に継続的に関わると子どもの変化を見ることが出来ます。前向きになれたり、素を出せたり、友達を気遣えたりと成長していく場面を見られます。楽しいだけでなく、責任感もあることで一定の期間を続けることで、自分自身も前向きになれると思います。最初は心配なことばかりでも続けていく中で、子どもが楽しんでくれて、自分も楽しめるように続けていくことが大事だと感じました。

貴重なお話をありがとうございました。これまでボランティアとして携わっていただき本当にありがとうございます。藤原暢之さんのように参加者を体験しボランティアとして楽しんでボランティアとして携わっていただける方が一人でも増えたら嬉しいです。



Editor's Voice

今回の『FUJISAWA MIRAI.net No.10』、いかがでしたでしょうか？

特集1『「野外遊び」における注意点!』を参考に正しい知識のもと、多様な経験により素敵な夏の思い出を作ってくださいね。

そして、夏といえば特に女性は日焼けが心配だと思います。日焼け止めの塗布や日傘での対策に加え、目から紫外線が入りメラニンが生成されることにより、シミや肌老化に繋がるので、サングラスの着用やビタミンの摂取を心掛けたいところです。

(スポーツ事業課 小雀奈美子)

平成29年度 賛助会員募集!

本財団では、青少年健全育成事業を始め、市民スポーツ、レクリエーション活動の普及振興、地域文化の発展を図ることを目的に、市民の皆様を対象とした事業に活用させていただきたいと考えております。

本財団は公益財団法人に移行したことにより、寄附をしていただいた場合には、税制上の優遇措置が受けられることになりました。寄附控除については、国税庁ホームページをご覧くださいませようよろしくお願いたします。

詳細については、本財団ホームページよりご案内パンフレットをダウンロードしていただくか、市内管理施設窓口にもございますので、是非ご覧ください。

会員特典

- 団体会員様は、本財団が管理運営をしている「藤沢市少年の森宿泊研修施設」の利用料が割引となり、優先予約が可能
- 個人会員様にはサービスチケット(スポーツ施設無料利用券)の提供

種別と年会費	種別	年会費
	個人会員	1口1,000円 2口以上
	団体会員	1口5,000円以上
	法人会員	1口50,000円以上

きらきら

スイミングライフ応援しています。

ドゥドゥ

水の中!!

Swimming Life

水着・スイムキャップ・ゴーグル・耳栓・ビート板ほか

(有)ルートワン

お問い合わせ先

〒165-0023 東京都中野区江原町1-22-4
tel 03-3951-9224

八部公園プール、秋葉台公園プール、石名坂温水プールで販売しております。