

▼いちょうぴあ
10月号の支所渡し9月30日（水）午後

【6月の全国傷害事故件数】
重篤事故死亡又は6ヵ月以上の入院 2件
1～6ヵ月未満の入院の事故 23件



ドライフラワー挑戦に

東部六区域

後藤 充

今年は多品種のドライフラワー作りに挑戦していま

失敗すると、次は来年まで待つという気の長い趣味です。

柏葉紫陽花のドライフラワー作りは、風通しの良い日陰に吊るすだけのハンギング法をつかいます。この

花の形はコーン型で開花中は下向きに垂れて咲くため、ドライフラワーにする過程

で生木から乾燥させる際に、あてぎ等で花を直線にして下向きに吊るします。そう

すると、約2週間で立体的に仕上がります。花木は、色が濃いほど好ましく、例

えばケイトウなどは色がよく出ます。サボテンなどの多肉植物以外、ほとんどの花木はドライフラワーにす

ることが出来ます。また、ユーカリ・ススキ

等とは他のフラワーの引き立て役として最適です。

今はホオズキの時期で、透かしホオズキをな目的としています。作っています。水中に

全部つけたまま、しばらくおきます。空気に触れると黒くなるので注意が必要で

す。皮の部分が溶けたらブラシで取ります。その後、漂白剤で白くします。ポイ

ルカーやリフトを利用するの登山でもOK、スタンプを押してく

れ。手帳は1冊700円で21回分です。押印料は1回100円です。

私は84回なので4冊目が終了したことになります。



高尾山は、標高五百九十九メートルと低山に属し、年間約三百万人が利用されています。

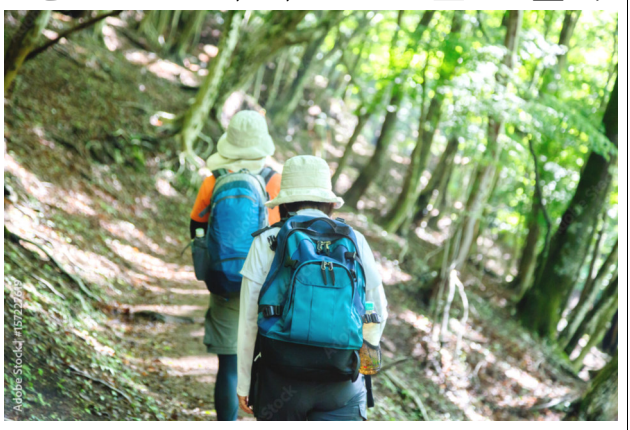
私は、今年の7月11日（土）に高尾山の健康登山を実施し84回目となりました。100回目まであと16回、何とか達成したいと考えています。

高尾山の健康登山は好評で今に続いてい

ます。高尾山の健康登山は好評で今に続いてい

ます。高尾山の健康登山は好評で今に続いてい

ます。高尾山の健康登山は好評で今に続いてい



ら高尾山山頂まで京王線から約1時間とアクセスが良く、登山までのコースも多く、1号路から6号路まであり、その他に稲荷山コースもありです。

今回、登山のルートを紹介

します。自宅から徒歩で竹ノ塚駅で乗車し、日比谷線の秋葉原駅で乗り換え、都営新宿線の岩本町駅で更

に乗り換え京王線の笹塚駅で高尾山口まで行きます。

登りは、稲荷山コース（3.1km）登頂後昼食、下山は、薬王院に寄りスタンプの押

印その後、1号路（3.8km）をとり高尾山口、往きを示していました。

登山後、血圧を測ると通常は130/140なのに上が120に下がっていました。

皆さん！高尾山へ出かけてみませんか？

旧奥州街道

千住一区域 津田 幸男

前回は旧東海道をほぼ完了したので、今回は旧奥州街道を歩いてみることにする。

聞くとところによると旧日光街道を書かれています方がいたとのことで、日本橋から宇都宮宿までは重複にな

るが、容赦願います。また、別の書き方になると思うので気になる方は比較してみてください。

旧東海道の時は現役時代から続いて十数年経過して完歩しましたが、今回はでも併せて掲載していこうと思います。

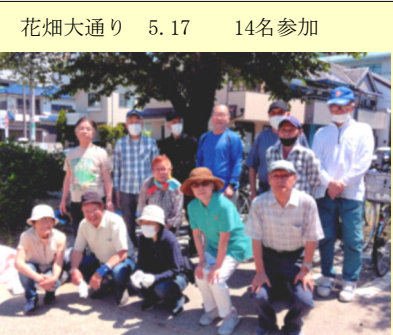
行程の距離や時間、歩数も入れました。一服の清涼剤としていた



写真で見るボランティア

東部九区域 一円支所委員

千住七区域 木坂支所委員



南部三区域 福田支所委員

千住一区域 菅支所委員

文 芸

俳句

仁科川 鮎の入れぐい 大漁に

花火見る 娘が並ぶ 着付待ち

枇杷の種 転がって猫が じゃれついて

芥子の花 高尾の麓に 咲き乱れ

桃狩りて それと気付かぬ 黒き富士

赤とんぼ 五匹輪になり 果樹畑

陽が落ちて 赤門寺の 夏が往く

秋を待つ 草加の松に 遊歩道

夕立や 暑さや和らぎ ひとやすみ

3才児 笑顔はじける 初泳ぎ

秋鮭や タげ用意は フードロス

コスモスの 一人二人と 友は去ぬ

地域にも淵江音頭で仲間入り

盆踊り老若男女皆同じ

見ようみまねで笑顔の輪

北千住 閻魔開きや 夏の雲

東部五区域 横山 秀康

北千住 閻魔開きや 夏の雲

東部五区域 横山 秀康

東部五区域 横山 秀康

東部五区域 横山 秀康

東部五区域 横山 秀康

9月の行事予定

【事務局関係】

- 28日 理事会
- 29日 新会員説明会

【地区関係】

- 千住地区 千住中居町10-10
- 8日 支所会議
- 東部地区（保塚町7-16）
- 11日 支所会議
- 西部地区（関原2-16-8）
- 9日 支所会議
- 南部地区（東綾瀬1-28-2）
- 10日 支所会議
- 北部地区（西保木間1-8-2）
- 14日 支所会議

（注）予定変更もあります。

家事援助サービスグループ日程

8日 新人研修会（入門編）・地区リーダー会議

14時～ 洲江住区センター

0各地区定例会議 13時30分～

- 千住 16日
- 東部 18日
- 西部 10日
- 南部 14日
- 北部 11日

千住支所 保塚住区センター会議室

中部会議室 東綾瀬住区センター

悠々会館

編集後記

各支所にある「いちようぴあ」原稿用紙（A4版）をご用意し、宛先を明記の上、毎月5日までに事務局へお送りください。

※掲載内容は、投稿いただいた内容に基づき、必要に応じて編集させていただきます。

※掲載後、内容の誤りや不具合等がございましたら、事務局へご連絡ください。