高蔵寺どんぐりs

ふれあいだより

NO 148

2025．6．15

ＮＰＯ法人　高蔵寺どんぐりｓ発行（☎090-1566-7767）

高森山を子らの遊び、学ぶ場に！
「高蔵寺どんぐりs」が2025年度定期総会

「ＮＰＯ高蔵寺どんぐりｓ」は5月25日、グルッポふじとう大会議室で2025年度総会を開催した＝**写真**。総会では堀内泰理事長はじめ全役員を再任、「高森山を中心に『生き甲斐と活気あふれる街づくり』に向けて、さらに前進を続ける」との活動方針を採択した。

「どんぐりっこ」を羽ばたかそう

どんぐりs理事長・堀内　泰

世界情勢は、大国アメリカが大統領の交代により、自国中心主義と力に依存する政策に変わり、他国への人間らしい配慮が失われつつあり残念である。一方的な関税等で日本経済にも多大な影響を及ぼしそうな厳しい環境の中でも、今期も人と人の繋がりを大事にし、少しでも夢や希望を抱け、まちが明るくなるような活動に力を入れていきたい。

どんぐりｓの基本方針である「生き甲斐と活気あふれるまちづくり」に向けて、さらに前進できるような活動を行っていく。特に「里山の高森山」を目指し、子どもや大人の誰もが利用しやすくなる活動は、生き甲斐づくりの一端を担うものとして、今期も活動の中心に据えたい。

高森山公園は、昨年、環境省「自然共生サイト」（ＣＯＰ15で採択されたＯＥＣＭ＝陸海で新たに生物多様性に資する場所を３０％増やす）に行政関係部署の後押しもあり、春日井市で初めて認定された。その結果、メディアや雑誌等にも取り上げられ、自然のあふれる場所として知名度があがり、高森台小学校を始めとして行政、環境諸団体等の利用が広がっている。当公園は生き物がさらに増え、最近、調査した結果、約７００種類（樹木草400、昆虫200その他100）も生息し、生物多様性にふさわしい場所となっている。

高蔵寺どんぐりｓは設立以来18年目を迎え、活動内容は、前年12月に新たな部会「どんぐりっこ」が立ちあがったことにより大きく変っていく。未来を担う子ども達に、森の中で自然をいつくしむ心を育て、ひいては地域や地球環境を守る意識を持つことに繋げたい。そこで今期、小学校、行政等とも連携し、高森山をフィールドとしたイベントを幾つか催す。ハンモック体験やネイチャーゲーム、落葉拾い（ビートルベッドづくり）、自然観察会等、森の中でたくましく遊びまわる。

また、生活相談会やどんぐりｓカフェは、まちの活性化に繋がる不可欠なイベントである。相談会では身近な悩みやこまりごとに耳を傾け、カフェでは幅広く暮らしに役立つ講演会やセミナー、庶民的な楽しい企画づくりも催す。これらの企画により、多くの住民が少しでも元気に役立つようにしたい。

「どんぐりっこ」が初イベント

山頂でハンモック体験

「どんぐりs」の子ども部会としてスタートした「どんぐりっこ」が5月18日、「ネイチャーゲームとハンモック体験」と題して、高森山で初めてのイベントを行った＝**写真**。当初予定の17日が雨のため翌日に順延となり心配したが、スタッフを合わせて30名が参加して頂き、楽しい時間を共有する事ができました。

今回、「わたしのワンピース」という絵本を読んだ後にワンピースの型紙をかざして景色を切り取り世界で一つのワンピースをそれぞれ作りました。森の中の景色も皆の顔も型紙をかざすと全てが素敵なワンピースになりました。山頂でのハンモック体験では、家族でロープ結びなど設置するところから始めた。正しく結べばかなりの重量にも耐え、親子2人で乗っても大丈夫なハンモックに驚いていました。

次のイベントは、秋にどんぐり染めなど高森山のどんぐりを用いた企画を予定しています。このようなイベントを通して地域の皆さんに高森山を知って頂き、子ども達や若い世代の親御さん達が自然の中で遊ぶきっかけ作りを行っていけたらと思っています。　（**作本　あゆみ**）

住まい困りごと無料相談室

●電話または直接面接会場にお越しください
☎080-5297-8956（長谷川）
面接相談会日・会場
7月13日（日）グルッポふじとう
8月10日（日）グルッポふじとう
（いずれも13：30～15：30）
・当会会員の一級建築士が相談に応じます。

くらし相談 ハート・ほっと・ルーム

●開催日・会場
6月22日（日）養楽福祉会たかもり
7月27日（日）養楽福祉会たかもり
＝春日井市高森台5-6-6
（いずれも13：30～17：00）
参加費；無料
連絡先；☎090-6330-4393（浪川）
・暮らしや心の悩みを語り合いましょう
・個別相談：別途予約で受付ます

私の朝・昼・晩

100歳までの準備

人生１００年時代と言われている現在、老後をどう過ごすかということが、８０歳となった私にとっての一番の関心事になって来た。高齢者となり低下を避けられない機能として、視力、聴力、記憶力、処理速度等があるが、これに対し上手く使えば伸びしろのある語彙力、思考力、理解力、創造力等があるとも言われている。また、癌や認知症等心配すればきりがないが、８０歳を過ぎたら機能の低下は仕方がないとものと受け入れ、今自分に出来ることに目を向けていきたい。

現在市からの委嘱で各種の高齢者施設を廻り、利用者の話を聴く介護サービス相談員の業務に携わっているが、どの施設にも１００歳を超える元気な高齢者の多いことに驚く。そしてこの方達に健康の秘訣を聴くと「つまらないことにくよくよしない、耳は遠くなったが口は達者」という元気印の明るさに２度驚く。やはり、「おおらかに考え、ポジティブな生き方」が長生きの秘訣かも知れない。

また自分にとって楽しく、生き甲斐や遣り甲斐となる仕事やボランティア等の活動で、生涯現役を目指せるものを持つことが、豊かな人生を全うすることになると考えている。今男性の平均寿命も８０歳を超え７０歳台の生き方が８０歳以降の生き方に大きく影響すると言われているが、１００歳まで生きることを想定した準備が必要な時代になって来た。

（浪川　昇三）