



最新号は[Vol.19](#)です  
バックナンバーは[Vol.19](#)か  
らご覧になれます。

夏号の表紙



川端龍子 日本画家1885～  
1966

## ■[Bunkanomori Topics](#)

文化の森カラオケ・盆踊り大会  
フェスタでオーケストラ！  
表紙の人物紹介 川端龍子

## ■[Event Calendar](#)

大田文化の森運営協議会公募による事  
業

大田文化の森運営協議会主催事業

## ■[文化の森にZoom Up](#)

ご挨拶 会長 鈴木康紀  
運営協議会第二期委員より ひとつと

## ■[話題の人](#)

若山 攻さん

## ■[わが街おおたのグッドパートナー](#)

共同設置施設 臨海斎場

## ■[みなさんのおかげです](#)

健康ワンポイントアドバイス 第11回  
「文化の森であいましょう」第5回  
ティーラウンジすばる  
情報誌「おおた文化の森」はここにあ  
ります  
編集後記

最終更新日 2004.8.27

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-  
0770

ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)

2004 Ota bunkanomori. All rights reserved.

ご家族みなまでお越しく下さい

### 第三回 文化の森カラオケ・盆踊り大会

今年も大田文化の森では、新井宿自治会連合会の皆さんと一緒に「文化の森カラオケ・盆踊り大会」を開催します。毎回大盛況のこの催しを、第三回目の開催となる今回は、内容をさらに充実したものにしていきたいと考えています。

新井宿自治会連合会では、八町会が力を合わせて、櫓組みから当日や夜店の準備、警備まで、すばらしいチームワークで進めていきます。

婦人部は踊りの稽古に余念がありません。カラオケでは、大森地区の各自治会連合会の方々にも自慢ののどを披露していただきます。

今年は、展示コーナーなどでお手玉や折り紙や音の出るおもちゃ作り、みんなで描くアートコーナー、植木の展示とワークショップなど、踊りはもちろん、子どもたちも楽しめるものを用意しています。

夏の夜のひと時を楽しく過ごしに、是非、ご家族皆さんでお越しく下さい。

◆開催日 7月30日(金)・31日(土)

●盆踊り 午後6時30分～8時30分 広場にて

●カラオケ 午後5時30分～9時 ホールにて

(うち、大森第三中学校のブラスバンド演奏は31日 午後5時30分～6時)

※カラオケ大会の出場者の一般募集はありません。

◆入場は無料です。

弾く！ 吹く！ 叩く！ 指揮をする！

フェスタでオーケストラ！ユニフィルと遊ぼう！

おいでよ音楽遊園地！&ユニフィル文化の森名曲コンサート

▼ユニフィル(東京ユニバーサル・フィルハーモニー管弦楽団)楽団員のみなさんと楽器を演奏したり、オーケストラを指揮したり、音楽を体感する一日です。

▼昼の部「おいでよ音楽遊園地！」は、小・中・高校生のみなさんを対象に、楽器に触れ、初めてのひとにもオーケストラの楽しさを経験してもらう「アラウンド・ザ・オーケストラ」と、ブラバンや音楽教室で楽器演奏の経験のあるひとに、オーケストラ演奏に挑戦してもらおうという「オーケストラ・セミナー」を開催します。

▼夜の部は、「ユニフィル文化の森名曲コンサート」です。「あなたも名指揮者！」や「一緒に演奏コーナー」など、お客さまにも楽しく参加していただくプログラムも用意します。ユニフィルの演奏をたっぷりとお楽しみください。

▼この催しは地域協働企画として多くの区民の方々の協力により開催されます。

▼日時 10月2日(土)

昼の部は午後一時から、夜の部のコンサートは午後七時開演

▼場所 大田文化の森

▼共催 大田文化の森運営協議会・ユニフィル・大田区吹奏楽連盟・大田まちづくり芸術支援協会

▼後援 大田区教育委員会

▼チケット 音楽遊園地500円 コンサート3000円(高校生以下-500円)

▼申し込み・問い合わせ

コンサートプラザ

TEL 3373-7784/FAX 3373-7606

コンサートのチケットのみ、大田区民ホール・アプリコ、大田区民プラザ、大田文化の森でもを販売します。

---

## ■表紙の人物紹介

### 川端龍子のプロフィール

川端龍子(日本画家)1885～1966。和歌山県生まれ。1909(明42)年24歳の時、新井宿に転入。1920(大9)年に臼田坂下に「御形荘」と名づけた住居と画室を建てる。家庭的ではなかった父と、14歳下の異母弟「茅舎」を本門寺裏付近に建てた家に住ませる。茅舎は洋画家をめざしたが身体が弱く、俳句に転向した。しかし脊椎カリエスを患って42歳で死去。

1945(昭20)年龍子60歳の時、アメリカ軍の空襲を受け「御形荘」の住居は焼失した。投下された爆弾の跡は画室の中の池となって、今も健在(?)である。判で押したような、生真面目な日常であったといわれる龍子の唯一の趣味は建築であった。七四歳で文化勲章を受章し、一九六三(昭三八)年七八歳の時には自らの設計による「龍子記念館」を開館する。俯瞰すると記念館は「タツノオトシゴ」の形であるという。龍子の人柄を偲ばせるような端正な画室と庭が印象に残る。

1966年池上本門寺祖師堂の天井画「龍」の制作に80歳で取り組んだが、未完となる。未完の「目」は、奥村土牛によって描かれた。因みに奥村土牛は1920(大9)年から約2年間、小林古径の画室の留守番として馬込村に住んだ。のちに文化勲章を受賞。1990(平2)年没。「奥村土牛記念美術館」はJR小海線・八千穂駅前にある。こぼれるばかりに咲く秋萩が良い。

1991(平3)年に龍子の記念館・所蔵作品が、1992(平4)年には画室・庭が大田区に寄贈された。

---

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-0770  
ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)

## 大田文化の森運営協議会公募による事業

### ■ 歴史語り「あなたの地域の一茶たち～江戸の歴史と文化を見直そう～」

「江戸」は文化の宝庫です。どこの村にもいた文化人「一茶」たちを紹介し、江戸の文化を見直します。

開催日：7月31日、8月28日、9月25日、10月23日、11月27日/  
14：00～16：00/定員：当日先着20名/参加費：無料/誰でも

### ■ 夏休み「親と子の手作り絵本教室」

子どもの描いた絵や言葉で、親子で楽しく絵本を作ってみませんか。誰にもできる簡単な絵本作りです。

開催日：8月7日・21日・28日、9月11日・25日/9：30～11：30/

定員：親子15組/材料費：3500円（5回分）/締切：7月12日(必着)/5歳以上のお子さん  
と保護者。作品は11月6日～10日に展示コーナーにて展示予定。

### ■ 火や水を使わない染物～アイロンだけでO.K.～

染料を含んだペーパーを使い、布を染めます。最終回はあなたの文字や絵・写真などを染めます。

開催日：8月7日・21日、9月4日・18日、10月2日・16日/

①10：00～11：30②13：00～14：30③14：30～16：00（都合のよい時間帯を明記）/定員：各回15名/材料費：4500円(6回分)/締切：7月23日必着/小学1年以上

### ■ 相手に伝わる話し方～魅力的な自分に！～

分かりやすい話し方を身につける事で自分の印象を良くし、日常生活の円滑な交流を図ります。

開催日：8月28日、9月4日・11日・18日・25日/15：00～17：00/

定員：10名/参加費：無料/締切：8月20日必着/誰でも

### ■ アナウンス講座～自分のしゃべりを磨く！～

アナウンサーや話す仕事に就きたい方だけでなく、就職活動にも活用できる実践的な内容です。

開催日：8月28日、9月4日・11日・18日・25日/18：00～20：00/

定員：10名/参加費：無料/締切：8月20日必着/学生・社会人

### ■ 未病治・東洋医学の知恵で元気になろう

「何となく調子が悪い」。ツボマッサージや、太極拳を行ってそのような状態から脱出しましょう。

開催日：9月10日・24日/19：00～20：30/定員：20名/

参加費：1000円(2回分、初日に徴収)/締切：8月20日必着/誰でも

■文化の森ヘンシン展～変身をテーマにした親子のためのアート展～

みて！さわって！たのしんで！ 親子で楽しめるアート展を開催します。作品を作る事もできます。

開催日：9月25日・26日、11月13日・14日/（土）13：00～18：00、（日）

10：00～17：00/ワークショップ定員：当日先着30名、

参加費：100円/アート展入場無料/2歳～9歳のお子さんと保護者

■オペラレクチャーコンサート「ラ・ボエーム」ハイライト

プッチーニの叙情あふれるオペラ。ナレーション入りではじめての方にも気軽に楽しんでいただけます。

開催日：10月15日/19：00開演(開場18：30) /定員：200名/

チケット：2000円/締切：10月14日必着(当日会場でも受付)/

誰でも(但し未就学児不可)

■カナダツガ・フェスティバル

大田区ハイドン室内管弦楽団メンバーによる弦楽合奏とプロコーチによるスカッシュ体験レッスン。

開催日：【コンサート】10月17日14：00～15：00、15：30～16：30/定員：各200名/

チケット：1000円【スカッシュ】13：00～16：30/定員：12名/

参加費：1000円 \*両企画とも締切：9月30日必着/中学生以上

■さっと手作り・フルーツケーキと冷たいお菓子

初心者向け、お菓子講座。今回はバナナケーキとチョコレートムースを作ります。保育あり。

開催日：10月26日/9：30～12：00/定員：20名/参加費：1000円/

締切：9月28日消印有効/誰でも

■てんで昔 ちっと昔

江戸時代から都市化していくまでの大田区にあった、悲喜こもごもの歴史の一コマをオムニバス上演。

開催日：11月14日/①14：00～15：00/②17：00～18：00/定員：各回259名/チケット（9月12日発売）：1000円(当日1200円)

---

## 大田文化の森運営協議会主催事業

■大田文化の森落語会 季節寄席〈夏〉

「何処へ行くんだい」「文化の森だ」「そんなところ行って、どうする」「落語だよ、季節寄席だい」「へえ、落語ってのも文化かね」「遅れてるね、おめえさん。観音通りの横丁によ、二つ目の朝之助ってえイキのいい噺家がいる。それによ、こんだ前座になった時松も、一丁目の住人だとさ。地元で落語家を育ててよ。そんなもって、この辺りの町も繁盛、繁盛、町づくりだあな。兎も角500円玉一つで落語を楽しめるなんざ、滅多にねえ話よ。急いで前売りだ」

〈夏〉は、7月17日(土)午後6時開演。「不動坊」他

〈秋〉は、10月16日(土)午後7時開演。「目黒のさんま」他  
〈冬〉は、1月22日(土)午後6時開演。演題未定  
〈春〉は、3月12日(土)午後6時開演。演題未定  
チケット：前売500円、当日売700円。  
会場：大田文化の森5階多目的室

#### ■夏のおやつを作ろう

小学校3年生以上を対象にした子供向けの料理講座。自分たちで作ってその場で試食をし、交流を図る。

開催日：7月11日(うどん作り)、7月19日(夏のデザート作り) /  
13:00~16:00/定員30名/参加費：無料/参加対象：小学3年~  
6年/締切：7月8日必着

#### ■ドライアイスであそぼう

日常生活で様々な場面で活用しているドライアイス。その性質を探りながら、シャーベット作り等の実験をします。

開催日：7月31日、8月3日(同内容)/9:30~12:00/定員：30名/  
参加費：無料(当日会場で先着順受付)/参加対象：小学3年~6年

#### ■音楽劇「水の詩」

姿を変えながら地球を旅する水の精が、子どもたちに協力を依頼して水をきれいにするための7色の虹の光を集めていくお話です。

開催日：10月16日/開演14:00~大田文化の森ホール/定員：250名/チケット：  
500円(全席自由) 発売開始予定8月23日10:00~  
大田文化の森・大田区民プラザ・アプリコ

#### ■サロン・ド・文士村

□第4回サロン講演会「アインシュタインと馬込の文士  
&日本の食文化」

1922年(大正11年)、20世紀の天才、アルバート・アインシュタインが来日。その影に文士が・・・

開催日：7月18日/13:30~15:00/定員：60名/参加費：300円/  
締切：7月12日消印有効/誰でも

□第5回サロン講演会「三島由紀夫の世界を語る」

近代の馬込文士の一人、三島由紀夫の文学の世界を今、味わってみませんか。

開催日：8月22日/13:30~15:00/定員：60名/参加費：300円/  
締切：8月16日消印有効/誰でも

□第6回サロン座談会「新撰組と子母沢寛」

今やブームの新撰組。「新撰組始末記」を処女出版し、次々と歴史小説で話題を呼んだ子母沢寛に迫ります。

開催日：9月19日/13:30~15:00/定員：60名/参加費：300円/  
締切：9月13日消印有効/誰でも

#### ■おじいちゃんおばあちゃんのミーティングルーム

開催日：毎週水曜日/10：00～11：45/参加費：無料/誰でも

■手話Dream2004

開催日：毎週水曜日/19：00～21：00/参加費：月1000円  
(学生500円) /誰でも

■大田文化の森合唱団

練習日：毎月3回（月・日曜日） /（月） 18：50～21：30、  
（日） 13：00～16：00/会費：月3000円（学生1500円） /中学生以上

---

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-0770

ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)

◆ 2004 Ota bunkanomori. All rights reserved.

## ご挨拶 大田文化の森運営協議会会長 鈴木康紀

区民の皆様には、大田文化の森をご利用くださりましてありがとうございます。おかげさまで年々ご利用者が増え、区本庁舎の移転により、一時消えていた地域の明かりが少しでも戻っているように思われ、ありがたく感謝申し上げます。

ご存知のように、私ども運営協議会は、「おおたプラン2015」や安心・輝き・潤いをモットーに、大田文化の森は区民の皆様の21世紀の文化創造の拠点、発信基地であることを目指して邁進して参りました。区内各地から集まって活動してきた各委員も三月末で最初の任期三年を終え、この四月から委員15人のうち残った委員は4人、新任の委員は9人、計13人の委員と事務スタッフ4人で新しい出発を致しました。この間、ご意見、ご指導、ご激励のお言葉を沢山頂きました。

初めての取り組みである運営協議会は、区のもう一つの新しい在り方である区民との協働の実践場という場所でもあります。「文化プレーヤー」として参加協力を願っている皆様は演者、または裏方として、活動いただいていることは様々です。その他、地域の方々には町会・自治会を中心に、消防団、消防署・地域の小・中・高校等など大変なご協力をいただいております。大田文化の森が立派な森に育ちますよう、区民皆様のなお一層のご協力をお願い致します。

---

## 運営協議会第二期委員より ひとこと

青柳 博之(南馬込在住)

商船三井に45年間勤務。主に海外営業に従事。退社後町会の仕事に参加、ボランティアの大切さも知る。文化の森にて詩吟教室を開催、言語芸術を勉強中。委員として区と区民(文化プレーヤー)のつなぎ役として文化活動が有効に出来る様な仕組みを作りたい。

大島 悦子(大森西在住)

私は生まれも育ちもベタベタの関西人。大田区在住歴四年という新人です。独身時代は、メディアの世界の仕事をし、今は小学生の一児の母です。人間関係の希薄化といわれている今、私は「大田文化の森」に対話の華を咲かせたいと思っています。

岡崎 清吾(鵜の木在住)

クラウン少女合唱団指揮者。中山晋平音楽賞・第一回花とライオン児童合唱音楽賞・日本童謡賞特別賞受賞。ニューヨーク市・セーラム市の海外公演など、これまでの経験を生かし「大田文化の森」から身近な芸術文化を発信させ、今生きる暮らしに貢献したい。

小川 かよ子(中央在住)

昨年までは、一プレーヤーとして文化の森を駆けまわりました。今年から森に更に一歩踏み込んで、もみじマークと若葉マークで楽しいことをいっぱい積み重ね、おおきな、大きな文化の森になりますようにお知恵とご意見をお聞かせください。

河合 良治(西六郷在住)

13年前PTA活動に参加、以来、子どもの環境を整えるための地域活動に関わる。子どもにのこす故郷の地域づくり、個人が尊重された支えあいの地域づくりが信条。委員は4年目、コーディネーターとして主に広報を担当。

杵屋 彌十郎(南馬込在住)

約10年前に10代目家元杵屋彌十郎を襲名。運営協議会委員をとおして地元大田区の皆さんに各ジャンルの邦楽を理解し又楽しんでもらえる様に、地元の邦楽普及と進展の為に力をそそぎたいと思っております。

染谷 昇(南六郷在住)

運営協議会委員二期目・男性・年齢=67・身長=172・体重=78・健康・現役引退後=インダストリアルデザイナー・趣味=古いラジオの収集=旅行=ウォーキング=読書・目標=新しい仕組みを創る！

塚越 恒爾(中央在住)

「〈文化の森〉って、〈タテモノ〉の名前だと思っていました」地元の学校長の言葉です。

役立つ〈森〉ではいけません。区民が何を求めているか。区民が何をしたいのか、それを汲み上げ、使いやすくするのが仕事です。ファンタ爺さん、踏ん張ります。

平林 貴男(大森西在住)

1947年山王生まれ。雪の日でも楽しむ心さえあれば文化の森の時間は転がり出します。

学ぶ 趣味 料理 創る 踊る

個性豊かな、ご自身での企画で汗をかく、歌う演奏演技する。そんな皆様に大田文化の森に来て頂くことが私の喜びと仕事です。私は、アルゼンチンタンゴを踊ります。

福野 幸雄(南馬込在住)

世界中を運航した後辿り着いた港が「大田文化の森」です。文化の森は宝の山です。そこに「文化プレーヤー」が活躍するからです。文化の森という場所と文化プレーヤーという人間が、うまく円滑に噛み合う運営や企画に従事したいと思っています。

山本 直子(大森西在住)

運営協議会委員としての活動も、二期目となりました。

新メンバーと共に協議を重ねながらのスタートでしたが、今までの経験を活かした自分なりの文化活動支援を目標に、充実した時間を過ごして行きたいと考えています。

ヤマモト ユウコ(中央在住)

言語だけで表現しきれないものに興味を持ち、アメリカの美術大学で現代アートを学び、個人やグループでものづくりを続けている。文化の森が、<行ってみなきゃわからない、集まってみなきゃ分からない>深くて大きな森に育って欲しい。

---

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-0770  
ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)

◆ 2004 Ota bunkanomori. All rights reserved.

話題の人 地域の輪を創りたい

踊り「蒲田行進曲」発案者 若山 攻 さん

## ■蒲田駅開業100周年

去る4月11日（日）午後、JR蒲田駅西口の目抜き通り、サンライズ商店街で、蒲田駅開業100周年を記念するパレードが行われました。その中で、よさこいソーランを華麗に舞う30名程の少年少女達の曲の一つに蒲田行進曲がありました。そして、数団体が練り歩く最後を飾ったのが、蒲田行進曲に合わせて踊る120名程の艶やかな浴衣姿の女性達でした。それは蒲田西地区の各地から参加した自治会・町会の婦人部の方々でした。

## ■地域づくりのきっかけに

若山さんは、退職後、平成八年夏、蒲田に住むようになりました。昨年春、NHKのテレビ番組「ご近所の底力」で、空き巣を防ぐ特効薬は、地域のあいさつ運動だということを知り、地域づくりの重要性を痛感しました。そして、そのために、自分に何が出来るかを考えました。蒲田といえば蒲田行進曲、これに振りをつけて踊れば、地域の輪づくりのきっかけになるだろうと思いつきました。

## ■蒲田行進曲のルーツ

まず、図書館に行き、テープ(初版)を聞き、古めかしいと感じました。ボニージャックスの、舶来小唄として出ている曲を聞き、明るいと感じ、これなら、振り付け、踊ることもできると思い、区役所で登録団体を調べ、ダンスの団体に連絡をとりました。話を聞いて、自分が考えているイメージと違うなと感じました。

次に、蒲田行進曲について調べました。原曲は、アメリカのパラマウント映画「バガボンドキング」の主題歌「SONG OF THE VAGAVONDS」（Rudolf Friml作曲）であることがわかりました。そして、この曲が「蒲田行進曲」として最初に登場したのは、松竹映画「親父とその子」の主題歌(堀内敬三作詞、編曲)としてで、以後「蒲田行進曲」は、松竹蒲田撮影所を象徴する歌となったこともわかりました。その後、1980年、つかこうへいにより、戯曲「蒲田行進曲」として舞台上演、さらに、81年、小説化され直木賞受賞、82年、映画化(松竹・角川提携映画、深作欣二監督、日本アカデミー賞・キネマ旬報脚本賞受賞)され、誰もが知る曲となりました。

## ■老若男女向けの2バージョン

若山さんは、お年寄りだけでなく若者にも受け入れられる振り付けをしてくれる人を求めて、尋ね回りました。区役所の社会教育課、国際・交流支援課、アスカ、大田文化の森、音楽関係者などに聞いたり、地域ミニコミ誌、蒲田についてまとめた本などを調べたりしました。コンテストをして選ぼうかななども考えました。その

結果、ある編集者から紹介された舞踊のお師匠さんが輪踊りの振り付けをしてくれることになり、昨年8月に出来上がりました。輪踊りバージョンです。まず、荏原会館の催しの一つとして発表し、大田文化の森では11月3日の収穫祭・3月6日の種まき祭に、また、大田フェスタにも出演しました。さらに、若者バージョンとして、よさこいソーラン踊りで活躍している「チーム幻」に「蒲田行進曲」に合わせて創作してもらい、大田フェスタに出演しました。

#### ■蒲田に広めたい

若山さんは、大森で立ち上がった「蒲田行進曲」の踊りを蒲田に広めたいと思い、蒲田駅開業100周年の記念行事の中でできないかと考え、西蒲田の町会長や「まち活」の編集長などに相談しました。こうして、蒲田西地区の多くの方々の協力により、冒頭のパレード参加の実現となったのです。

「蒲田行進曲」は、文字通り蒲田を代表する曲で、そのジャズの気軽で陽気なリズムが聞く人を自然と楽しくさせます。踊る人は乗りやすくて、見ている人は我知らず輪のなかに入ってしまう、そんな曲に感じます。盆踊りの季節です。各地で「蒲田行進曲」が流れ、老若男女の輪ができることでしょう。

---

蒲田行進曲（堀内敬三作詞／Rudolf Friml作曲／堀内敬三編曲）

花の姿春の匂い あふるるところ

カメラの眼にうつる かりそめの恋にさえ

青春燃ゆる 生命は躍る キネマの天地

胸を去らぬ思い出ゆかし キネマの世界

セットの花と輝く スターほほえむところ

ひとみの奥深く 焼きつけた面影の

消えて結ぶ幻の国 キネマの世界

春の蒲田花咲く蒲田 キネマの都

空に描く白日のゆめ あつまる

ところ

かがやく美の理想 永久のあこ C 1925,1952 by FAMOUS MUSIC  
がれに CORP.

生くる蒲田若き蒲田 キネマの All rights reserved.Used by  
都 permission  
Authorized to NICHION,INC.for sale

虹の都光の湊 キネマの天地 only in Japan

---

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-0770

ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)

◆ 2004 Ota bunkanomori. All rights reserved.

## 健康ワンポイントアドバイス 第11回

東邦大学医学部附属大森病院

看護師 山本由香

### 『肥満を招く生活習慣のチェック』

肥満は単に体重が多いことだけではなく、体に脂肪がたまった状態を言います。体重は標準でも、体脂肪の割合が多いと、隠れ肥満と言えるでしょう。「太ってないから大丈夫！」なんて安心はできません。そして肥満の怖さは見た目ではなく、合併症なのです。

肥満により中性脂肪が増加すると、動脈硬化が進み、血管がつまりやすくなるため、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす可能性が高いのです。けっして脅しなどではないのです。

では、ここでみなさんの生活習慣で、どれが肥満を招いているのかチェックしてみましょう！

次の項目にいくつ「はい」となりますか？①良く噛まないで、早食いする傾向がある②お腹いっぱい食べないと気がすまない③油っこいものや甘いものが好きである④朝食を抜くことが多い⑤間食しがちで、夜食の習慣もある⑥晩酌、またはジュースを欠かさない⑦ストレス解消は食べたり飲んだりすることである⑧運動不足を実感している⑨両親、あるいはそのどちらかが太っている⑩子どもの頃に太っていた3つ以上「はい」と答えられた方は、もう肥満の入り口です。9つ以上では、肥満になること間違いなしです。

さあ、今日から、食習慣と運動習慣の見直しをしましょう。

早食い・食べ過ぎ・朝食抜き・間食・お酒やジュース・運動不足などの改善で、何か一つでも出来ることから始めてみませんか？

---

## 「文化の森であいましょう」第5回

館を支える裏方たち



今回は文化の森の安全を守る人たち、設備点検と警備の方々を取り上げます。

設備の業務は、電気や空調、水道など建物全体の設備の維持管理を担当しています。一般的に建物の維持管理は、建てられてから5年経つとメンテナンスが必要になってくる部分が増えてくると言われています。文化の森はこれからちょうどその時期を迎え、「仕事が増えてくるが、その仕事をいかに減らすかが大事」と認識しているとのこと。

警備の仕事は、館内・館周辺の巡回が主。地域柄、年配の方の来館や散歩途中の休憩所として立ち寄るケースも多く、そのためか業務中に利用者から救急車の出動要請を依頼されることもあるそうです。また、館内巡回中に、利用者がお湯を沸かすためにやかんに火をかけたままその場を離れてしまい、あわや大惨事ということもありました。両者の共通点は、「起こる前に事故を未然に防ぐこと」です。

警備員さんの間で一番の悩みは、駐輪場の自転車です。土日となるとたくさんの自転車が止められます。また、全館イベントなどの時は、運営協議会と協力をして駐輪場整理が必要になります。それだけ文化の森の利用者が増えている証拠です。また、放置自転車も大きな問題になっています。



このように、日々、いろいろと目配り気配りをしながら万一のことが起こらないように仕事を進めているのです。

## ティーラウンジすばる



静かな朝、おいしいコーヒーが飲みたいですね。ご存知ですか？

大田文化の森、正面右手に楚々とたたずむ「ティーラウンジすばる」。色とりどりの花のプランターが並んでいる半円形ガラスの建物です。さわやかな空気、ゆっくりと流れる朝の

時間を楽しみませんか。

これからの季節はゼリーがさわやかです。

ランチにはトーストやクッキーを。昼食にはピラフ、うどんなどのセットメニューがお薦めです。

夏に向かい新しいメニューも始めました。パスタとカレーピラフです。パスタは「たらこ、トマト、ミート」の3種類です。美味しいですよ。スパイスが効いたカレーピラフは新陳代謝が良くなり、体にもいいですよ。

「すばる」は福祉の店です。店内には各授産施設でつくられた、クッキーやカップケーキ、木工細工、アクセサリー等も販売しております。図書コーナー、講習会、発表会、散歩等でご来館の折は是非お立ち寄りください。

スタッフ一同お待ちしております。

営業時間 10:00~17:30 定休日 隔週月曜日・全館休館日

## 情報誌「おおた文化の森」はここにあります

「文化の森」が遠いという方も大丈夫。

区内の下記の施設でも手にとることができます。また、配布協力店も随時募集しています。

### 【区内主要施設】

大田区役所内区政情報コーナー・区民生活課・社会教育課/大田文化の森/区民プラ

ザ/区民ホール アプリコ/図書館・区民センター・文化センター・児童館/エセナお  
おた/生活センター/産業プラザ/池上会館/郷土博物館/多摩川台古墳展示室/田園調  
布富士見会館/ゆうゆうくらぶ/心身障害者施設/大田区体育館/大森スポーツセンタ  
ー/ユースセンター他

【近隣地域協力商店街】（代表店名）

大森柳本通り名店街(金海堂)、柳会 山王ハーモニーAVE（大花園）、新柳会（平  
林酒店）、臼田坂通り商店街（ミカドクリーニング）、春日橋くすのき通り商店街  
（ウスタフォトスタジオ）、観音通り共栄会（越前屋）他

【その他】

大田区内各地域の郵便局、昭和のくらし博物館、大田区内の城南信用金庫各支店、  
東京都民銀行（大森支店・蒲田支店）他

---

編集後記

新体制（委員3名、事務スタッフ1名、文化プレーヤー4名）でスタート。今回は  
「つくりやすさ」「見やすさ」に工夫あり。今後、一年をかけ、内容・構成ともに  
誌面を刷新し、「大田区民の文化創造と発信」にふさわしい情報誌を目指します。

お待ちしております！

- 情報誌へのご意見・感想
- 運営協議会の企画について
- 協賛広告に関する問い合わせ、など

情報誌「おおた文化の森」

次号2004年「秋号」は10月1日発行予定です。

情報誌「おおた文化の森」2004年夏号  
2004年7月1日発行（季刊 通巻第12号）

編集人 河合良治

発行人 大田文化の森運営協議会

〒143-0024東京都大田区中央2-10-1 電話：03-3772-0770

編集協力 株式会社 恒和印刷所 川田英樹 川田達也

印刷 株式会社 恒和印刷所

---

[大田文化の森運営協議会Webサイト](#)も是非ご覧下さい。 TEL 03-3772-0770

ご意見ご感想は[こちら](#)まで [bunkanomori@nifty.com](mailto:bunkanomori@nifty.com)