

# 砧の歴史を探る、健康まち歩き!

## 笑恵館だより

第45号

2017年(平成29年)12月1日・金曜日発行  
発行者/田名夢子  
製作/松村拓也



Wさんの話に聞き入る皆さん



地図を片手に、散策スタート

毎月第2土曜日は、笑恵館の姉妹店・おおかいさんちで「地域の絆・昔話カフェ」を開催しています。砧に永くお住いの方を毎回招き、地元の昔話をお聞きしているのですが、11月の

会は「健康まち歩き」と題して、町内をゆつくり散策しました。今回のテーマは、山野小学校の脇から流れ始める「谷戸川」です。一行はまず、集合場所のおおが



笠森公園の説明パネル

北側にある「笠森公園」に向かいました。なんとここには、かつて谷戸川の水源があったことが記され、記念の井戸が残っています。山野さんやという地名が示す当時の景色を想像しながら、ここから谷戸川に沿って町内散策を始めました。

途中、水道道路と交わる地点にやってくると、参加者のWさんが「ここには昔野菜の洗い場があり、畑で採れた作物をみんなで洗って市場に運んだのよ」と昔話の飛び出しで、一同びっくり。さらに、当時の市場の場所が、今の農協の場所だと聞いて、「なある場所だ」と合点がいきます。NHK技研にあった鉄塔の名残り、「塔の下橋」と名付けられた「フラワーマシオン」と都営住宅の間、橋まで歩いた後、おおがさんちに戻ってきました。谷戸川はこの先砧公園の中を流れて、岡本静嘉堂緑地です。丸の川に合流するよう

は12月9日午後1時から開催予定。皆さんの参加をお待ちしています。(松村)

「せたがやブレットマーケット」  
営業時間…1時半～18時  
気まぐれラスク 1個300円、2個500円  
甘い味からしょっぱい味まで  
15種類以上!見かけたらぜひ!

### 会員からの投稿コーナー

川は川のママがいい 作:ともかばさん(中一)



### 笑恵館クラブ 事務局からのご案内

#### ●笑恵館 運営会議のご案内

【B.運営会議・第2,4木曜日】  
■日時:12/14(木)、27(水) 17-19時  
どなたでも参加できる笑恵館の会議です。第4木曜が休業日なので、27日に開催します。

#### ●笑恵館 年末年始のスケジュール

【休業日は 12/28(木)~1/4(木)】  
本年中は大変お世話になりました。来年は、1月5日(金)より開業いたします。

#### ●レンタルシェルフの区画変更

【申込受付中、1月より新規スタート】  
1月より現在の区画を半分に分割し区画数を増やします。12/10までに空きスペースを確定し、新規利用者を先着順で受け付けます。

## 笑恵館アパート

### 入居者募集中



#### ●笑恵館のアクセス



#### ●笑恵館クラブのご案内

<http://shokeikan.com>



笑恵館は会員制のみんなの家。ここに集う全ての人に、自分の家と思って、自由にそして大切に使っていただきたい。登録料500円でどなたでも入会できます。

代表者:田名夢子(笑恵館オーナー)  
設立日:2013年7月16日

【今月のつづき】  
ハヤトウリの収穫が始まりました。白色種を植えたつもりでしたが、実ったのは緑色種でした。ハヤトウリ自体には味はなく、漬け物、炒め物、煮物など何にでも調理できますし、薄く切ってもシャキシャキした食感が独特でおいしいです。(ゆ)

#### ●日本土地資源協会

<http://land-resource.org/>



笑恵館を生み出したのは、土地建物の管理を他人任せにせず、自分の生き甲斐や仕事として役立てたいというオーナーの思いです。土地は、人が出会い集うための資源です。当協会は、そんなオーナー参加型の土地活用をサポートするために設立された団体です。住まいやビルなどの全体や一部分はもちろんのこと、ご近所と連携したまちづくりなど、あなたの夢をお聞かせください。

意見、ご相談は担当:松村まで  
電話 090-9830-3669  
メール [post@land-resource.org](mailto:post@land-resource.org)

当協会が笑恵館クラブの運営を行っています。



# 笑恵館イベント 12-1月の予定

### 誰もが参加できるイベントのご紹介

#### 凡例

#### IDカテゴリー【名称(助成分類)】開催日

●主催：/料金、内容：<持ち物>○講師：◎参加方法 ▶電話・メール

#### 笑恵館のイベント

##### A交流【笑恵館持ち寄り食事会(19)】12/21、1/18※

●主催：笑恵館クラブ/一般500円(会員400円)、内容：笑恵館に集う人たちの交流会<>○講師：◎予約制

##### B交流【笑恵館クラブ運営会議(19)】12/14、12/27、1/11、1/25※

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：笑恵館の運営に関する打合せ<>○講師：◎申込不要

##### C体験【笑恵館・なるほどデイ(17)】12/19、1/16

●主催：日本土地資源協会/無料、内容：笑恵館に関する解説、見学、よろず相談(なお、別日程をご希望の方は予約制にて随時開催：参加費1000円/人)〈なし〉○講師：松村拓也◎申込不要▶090-9830-3669(松村)・office@shokeikan.com

##### D体験【せたらボ(4)】12/7、12/14、12/21、1/11、1/18、1/25

●主催：笑恵館クラブ/500円/30分、内容：スマホやPCの使い方を大学生がやさしく指導します。<ご自分のスマホ、PC>○講師：瀬田雄登◎予約制▶050-3554-1154・adam.biz.2016@gmail.com

##### E交流【ミニデイ:砵ほほえみ(4)】12/12、12/26、1/9、1/23※

●主催：砵ほほえみ会/500円、内容：おしゃべりと昼食を楽しむ会<>○講師：◎申込不要

##### F交流【子育てサロン砵ほほえみにこ(14)】12/4,11,13,18,25、1/10,15,22※

●主催：砵ほほえみ会/100円、内容：主に第1・3月曜と第2水曜0歳児、第2・4月曜1歳児対象◎申込不要

##### G交流【第24回解決しゃべり会(2)】12/1

●主催：/有料1000円、内容：誰かのお困りごとをテーマに、解決アイディアをしゃべり合う飲み会<おつまみ一品持ちよりください>○講師：◎予約制▶yukiko.katsuki@gmail.com・090(4712)4522

##### H交流【砵おもちゃ病院(19)】12/11、1/10※

●主催：笑恵館クラブ/無料(部品代は実費)、内容：おもちゃの修理<>○講師：◎申込不要

##### I交流【終活を知ってみよう会(19)】12/19、1/16※

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：誰もが迎える逝き方について語り合います<>○講師：◎申込不要

##### J体験【ニッチ大学(19)】12/21、1/18

●主催：ニッチ大学学生課/500円、内容：日本大学商学部の学生が運営する「みんなが生徒、みんなが先生」の大学です。老若男女問わずどなたでも気軽に受講可能です。<筆記用具>○講師：◎予約制・飛び入り可▶niche.university.2017@gmail.com

※印のお問い合わせは ▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

#### 会員のイベント

##### 0001体験【聖書を読んでもみよう会(2)】12/7、12/21、1/18

●主催：聖書を読んでもみよう会/無料、内容：世界のベストセラー【聖書】を読んでもみよう<>○講師：田名夢子◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

##### 0016交流【「こころウキウキ教室&ものづくり教室」(19)】12/8

●主催：世田谷楽しいコミュニケーショングループ/500円、内容：<>○講師：◎▶090-1767-0696・cyoushinki@jcom.home.ne.jp

##### 0038交流【クリスマスシーズンをたのしむお茶会( )】12/6

●主催：ティーハウススレミア/有料2000円、内容：紅茶を楽しみながら午後のひと時をたのしみましょう<特にありません>○講師：田川美香◎要予約▶03-6413-1374・teahouselianhua@gmail.com

##### 0099教室【カウンセリング強化クラス(5)】12/1、12/15

●主催：NPO法人コミュニティカウンセラー協会/有料4000円、内容：傾聴技法で問題の見立て力を向上するクラスです。<のみのもの>○講師：NPO法人スーパーバイザー◎要予約▶070-6638-0378・jimukyoku@community-ca.org

##### 0099体験【燃える産業カウンセラーの会( )】12/16、1/27

●主催：NPO法人コミュニティカウンセラー協会/、内容：<>○講師：◎▶080-4181-7170・sakunoji@gmail.com

##### 0162教室【革芸会( )】12/7

●主催：稲田 雅子/、内容：<>○講師：◎▶080-6319-8109・applemint-m821@ezweb.ne.jp

##### 0237交流【ウクレレを練習する会(2)】12/22、1/26

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：簡単な曲・ウクレレを練習する会です。<ウクレレ>○講師：チャーリー藤本◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0237交流【演劇の会(2)】12/9、1/20

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：発声練習・音読・エチュード・替え歌など<>○講師：江口慎一◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0237交流【ストレッチ&リズム( )】1/26

●主催：NPO法人砵音楽療法研究会/有料1000円、内容：軽いストレッチとリズムに合わせてステップ<>○講師：田内優子◎申込不要▶090-9822-5788・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0237交流【世界のうたを原語でうたう会(4)】12/18、1/15

●主催：NPO音楽療法研究会/1,000円、内容：桐朋学園大学3年 声楽科<>○講師：野田千恵子(砵音楽療法研究所)◎申込制 定員20名▶03-6411-3474(FAX共)・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0237交流【ハワイアンフラ・ミュージックセラピー(2)】12/20、1/17

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：フラでリフレッシュ、赤ちゃんからお年寄りまで、ご一緒でもおひとりでも<なし>○講師：日野しおん◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0237交流【笑恵館でうたう会(4)】12/2、1/6

●主催：NPO音楽療法研究会/1,000円、内容：童謡、唱歌、寮歌(旧制高校)などを歌ったり楽器を鳴らしたりする音楽セラピーを体験<>○講師：野田千恵子(砵音楽療法研究所)◎申込制 定員20名▶03-6411-3474(FAX共)・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

##### 0382教室【ダンスの肥やしなくし隊(2)】12/7、12/14

●主催：和田美子/着付け1000円 タンス活動500円、内容：あなたのペースで始める着付け、その他メイクなど(女性のみ)<>○講師：◎要予約▶090-6955-5156・hachikinn@gmail.com

##### 0470教室【和裁教室( )】12/9、12/15

●主催：仁井永枝/有料5000円、内容：針1本で半衿付<針1本で簡単半衿付>○講師：◎要予約▶090-5704-7085・wafuku43@gmail.com

##### 0471教室【そろばん教室(1)】12/4、12/11、12/18、12/25

●主催：斉藤明子/、内容：<>○講師：◎▶03-3308-3062・090-8437-2020

##### 0514教室【いけばな教室、体験レッスン( )】12/4、12/13

●主催：佐藤結光/有料1000円、内容：日常使いの簡単生け花<>○講師：◎要予約▶090-4735-7011・kazumi-1@sa3.so-net.ne.jp

##### 0520交流【ちがいのわかるアナタ( )】12/9

●主催：NPO法人障がい者職業支援飛行機雲/有料500円、内容：コーヒー抽出方法別によるテイस्टینگセミナー<特になし>○講師：野口直毅◎申込不要▶090-1054-5639・naoki22noguchi@yahoo.co.jp

日	始	終	場	NO.	イベント名	分類	公益	パン屋
12月1日 金	10	13	ほ	0099	カウンセリング強化クラス	教室	5	
	16	18	ほ	0039	タイ先生のアートレッスン	交流	7	
	19	21	ほ	G	第24回解決しゃべり会	交流	2	
12月2日 土	10	12	ほ	0237	笑恵館でつたつ会	交流	4	
	13	14	二	0195	マッサージ	買切	0	
12月3日 日	休業日							
12月4日 月	10	11	ほ	0514	いけばな教室、体験レッスン	教室	0	
	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	15	18	ほ	0471	そろばん教室	教室	1	
12月5日 火	16	19	ほ	0039	STEMON	買切	7	
12月6日 水	11	15	ほ	0038	クリスマスシーズンをたのしむお茶会	交流	0	
	16	19	ほ	0039	Annie's English Town	買切	7	
12月7日 木	10	12	二	0382	ダンスの肥やしなくし隊	教室	2	
	11	13	食	0162	革芸会	教室	0	
	13	17	屋	D	せたらボ	体験	4	
	14	15	食	0001	聖書を読んでもみよう会	体験	2	
12月8日 金	12	15	ほ	0016	「こころウキウキ教室&ものづくり教室」	交流	19	
	15	18	ほ	0039	アートラボ・リトヒカ	買切	7	
12月9日 土	10	12	ほ	0237	演劇の会	交流	2	
	11	14	二	0470	和裁教室	教室	0	
	13	16	ほ	0520	ちがいのわかるアナタ	交流	0	
12月10日 日	休業日							
12月11日 月	9	16	ほ	H	砵おもちゃ病院	交流	19	
	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	16	18	ほ	0471	そろばん教室	教室	1	
12月12日 火	10	14	ほ	E	ミニデイ:砵ほほえみ	交流	4	
	16	19	ほ	0039	STEMON	買切	7	
12月13日 水	10	11	ほ	0514	いけばな教室、体験レッスン	教室	0	
	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	16	19	ほ	0039	Annie's English Town	買切	7	
12月14日 木	10	12	二	0382	ダンスの肥やしなくし隊	教室	2	
	13	17	食	D	せたらボ	体験	4	
	17	19	食	B	笑恵館クラブ運営会議	交流	19	
	10	13	ほ	0099	カウンセリング強化クラス	教室	5	
12月15日 金	13	17	二	0470	和裁教室	教室	0	
	16	18	ほ	0039	タイ先生のアートレッスン	買切	7	
	13	16	ほ	0099	燃える産業カウンセラーの会	体験	0	
12月17日 日	休業日							
12月18日 月	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	13	15	ほ	0237	世界のうたを原語でつたつ会	交流	4	
	15	18	ほ	0471	そろばん教室	教室	1	
12月19日 火	10	18	各	C	笑恵館・なるほどデイ	体験	17	
	13	16	ほ	I	終活を知ってみよう会	交流	19	
	16	19	ほ	0039	STEMON	買切	7	
12月20日 水	10	12	ほ	0237	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー	交流	2	
	16	19	ほ	0039	Annie's English Town	買切	7	
12月21日 木	13	16	食	J	ニッチ大学	体験	19	
	13	17	食	D	せたらボ	体験	4	
	14	15	ほ	0001	聖書を読んでもみよう会	体験	2	
	18	20	ほ	A	笑恵館持ち寄り食事会	交流	19	
12月22日 金	15	18	ほ	0039	アートラボ・リトヒカ	買切	7	
	18	20	ほ	0237	ウクレレを練習する会	交流	2	
12月23日 土	休業日							
12月24日 日	休業日							
12月25日 月	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	15	18	ほ	0471	そろばん教室	教室	1	
12月26日 火	10	14	ほ	E	ミニデイ:砵ほほえみ	交流	4	
	17	19	食	B	笑恵館クラブ運営会議	交流	19	
12月28日 木	休業日							
12月29日 金	休業日							
12月30日 土	休業日							
12月31日 日	休業日							
1月1日 月	休業日							
1月2日 火	休業日							
1月3日 水	休業日							
1月4日 木	休業日							
1月5日 金	休業日							
1月6日 土	10	12	ほ	0237	笑恵館でつたつ会	交流	4	
	1月7日 日	休業日						
1月8日 月	休業日							
1月9日 火	10	14	ほ	E	ミニデイ:砵ほほえみ	交流	4	
	9	16	ほ	H	砵おもちゃ病院	交流	19	
1月10日 水	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	13	17	食	D	せたらボ	体験	4	
1月11日 木	17	19	食	B	笑恵館クラブ運営会議	交流	19	
	1月12日 金	休業日						
1月13日 土	休業日							
1月14日 日	休業日							
1月15日 月	10	12	二	F	子育てサロン砵ほほえみにこ	交流	14	
	13	15	ほ	0237	世界のうたを原語でつたつ会	交流	4	
1月16日 火	10	18	各	C	笑恵館・なるほどデイ	体験	17	
	13	16	ほ	I	終活を知ってみよう会	交流	19	
1月17日 水	10	12	ほ	0237	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー	交流	2	