



ふれあい灘

《馬力は場力》

福祉部副部長 加藤 和彦

ここ数年間、瀬ふれあいのまちづくり協議会の福祉部会の役員として、クリスマス会を企画させてもらっている。みんなが歌うコーナーと演奏を聴くコーナーを組み合わせて、小さい子でも退屈しないようにと工夫を重ね、おかげさまで楽しんでもらえていると思う。

イベントごとの企画をするのも参加をするのも楽しくて、その他でも年に数回くらい音楽イベントやボランティア活動を行っている。その中でも規模の大きいものは、「三宮プラッツ」という屋外スペースを使った「フリマク」というイベントである。

「三宮プラッツ」は神戸市が設置した屋外ひろばで、京町の入り口にある銀の大きな屋根が目印の広場だ。



三宮プラッツのフリマク

いつも何かしらのイベントをやっているのを見ていたことのある人もいるのでは。「フリマク」では空間を活用して巨大な布に思い思いの絵をかくて舞台装置のように飾ってみたい、広場をステージにしてバンドやダンスのグループが思いを表現して伝えてみたいしている。路上では飲食や物販のブースが十数か所並び、街のにぎわいづくりに一役買っている。自分や仲間の思いを誰かに伝えることで、新しい何かを生み出そうという取組でもある。イベントごとは、いわばサークルノリというか身内でワイワイやっている印象が強いかもしれないが、せっかく場所と時間を貸してもらっているのだから何か意味のある事というか、主催者や参加者の思いの伝わるものになりたいと思っている。地域福祉センターのクリスマス会もそんな思いから、全盲ミュージシャンのながの君に歌ってもらったり、普段聞く機会の少ないコントラバスのソロ演奏や楽器遊びを取り入れている。



クリスマス会でのピアノ演奏

私がイベント企画をやるきっかけは、根っからのお祭り好きというのもあるが、実は阪神淡路大震災の経験にもよっている。私の知人が西神の仮設住宅にいて心配して訪ねた時のこと、彼が笑ってこんなことを言った。「仮設に来た時は孤独で寂しくて自死すら考えた。夏近くになってクヨクヨしていてもよくないと思い、朝にラジオ体操を一人で始めた。すると少しずつ出てくる人が増えて今では仲間が大勢いる」。明るい笑顔に安心しつつ、その生き方に感動もした。人が元気になるのは、人が集う「場づくり」にあると知った出来事でもあった。

30年前にこんな経験を私たちはたくさんしてきたはずだ。人が集い、語らい、一緒に何かすること、笑いや元気を生み出せる。以前に新聞で「馬力」は「場力」に通じていると書いた人があった。以来私は「場の力」の信者となって、人が集まって楽しめる「場」づくりが趣味のようになっていく。



コントラバスの演奏

《私たちがつくる場所》

烏帽子中学校三年

森本 詩歩
もりき しほ

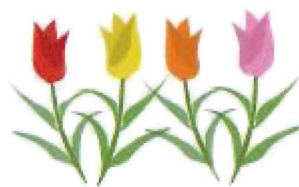
私たちは犯罪や非行をした人たちの心情を考えたことがあっただろうか。彼らは何を思っ
て犯罪を犯したのか。非行のきつ
かけは何だったんだろうか。私
たちがそれを止めることは可能
なのだろうか。

今日もメディアはたくさん

の事件を伝えている。星の数ほどにある事件の中で、私と歳が変わらない人が犯罪者になる事件もある。彼らの動機やきっかけ、事件の内容も様々だ。だが、彼らは何かに追い詰められて罪を犯してしまったと私は思うのだ。その何かとは、家族かもしれない。友達かもしれない。先生かもしれない。言葉では言い表せない、大きくて恐ろしいものかもしれない。



この歳頃、大人たちの声がうざったく聞こえてくる。そこでストレスがたまってしまう、発散することなく爆発してしまっているのかもしれない。そうだとしたら、彼らが発散できる場所を作ってあげるべきだと思う。発散といっても方法は人それぞれだが、やはり一番は話す相手、



相談できる場所なのではないか。

私も実際に悩みを抱えてしまったことがあった。確かにその時、私は話を聞いてくれる人を求めていた。何か口出しをするのではなくて、ただ、話を聞いて同情してくれる人。それだけで心がずつと軽くなる。本当にそれだけで良かったのだ。

彼らはそれが必要だ。それは友達でも家族でも良いから、ただ話を聞いてあげるだけで彼らの運命は変わっていたのかもしれない。今の社会に足りないのはそこなのではないかと私は思う。周りの人が彼らの SOS に気が付いて声をかけること、それが社会全体で試みると社会は明るくなる。それと同時に犯罪もなくなる。私たちの小さな気づきで社会を変えられるかもしれない。これが犯罪を少なくするための一つの方法だ。

だが、誰にも SOS を気づかれないで爆発して犯罪を犯してしまった人はこれからどうなるのだろうか。もう一度、社会に出ていけるのだろうか。

保護司はそんな人を助けている。彼らがまた世に出ていけるように、心のケアや更生の理解を深めようとしている。そんな保護司の存在を私は最近知った。この作文を書くにあたってネットで保護司のこ



とを調べてみると、兵庫県にはすでに約千九百人の保護司がいると分かった。こんなにたくさんの方が少年の更生を助けているとは知らず、本当に驚いた。さらに、学生の頃よくしてくれた恩人を保護司にした人もいると知った。私が知らないだけで身近に保護司はいるのかもしれない。

私はまだ保護司というものがまだよく分かっていない。保護司の手伝いはまだ出来ない。でも更生した少年たちの帰って来る場所をつくることはできると思った。彼らを批判するのではなくて、優しく受け止めようとする。それが今の私たちにできることなのかなと思う。

私たちはまだ社会にも出ていないし、社会を大きく変えることはできない。でも、その中で私たちにできる事を見つけて最大限に社会に活かせるように心がけたい。



【第74回社会を明るくする運動作文コンテスト】

令和6年度に灘区で実施された第74回社会を明るくする運動“作文コンテスト”は、1,169点（小学生712点、中学生457点）の応募がありました。烏帽子中学校の森本さんは佳作に選ばれています。灘区での最優秀賞は小学生の部では稗田小学校の阿部享祐さん、中学生の部では原田中学校の中島 慧さんでした。

《都賀川の水のふしぎ》

灘ふれあいのまちづくり協議会

副委員長 大谷 一郎



私の日課のひとつに散歩があります。天気や体調がよい時には遠出になることもあります。散歩の出来ない日は、何か落ち着かない気分となります。寝つきも悪くなります。歩いていると思わぬ所で、

思わぬ事柄を知ることもあります。都賀川もその一つです。

灘区の中心部を南北に流れる都賀川（別名…大石川）は、六甲山・摩耶山を源にする

六甲川と杣谷川が合流し、河口までの2キロ

足らずを流れる川です。

以前は生活排水が流れ

込むなど汚れた川でし

たが、昭和四十二年の

水害を期とする改修や

鮎の遡上を促すための

改修、更には阪神淡路



大震災後の改修を経て河川敷には遊歩道、両岸には公園が整備され、四季折々の風景を楽しみながら散策やジョギングを楽しむ憩いの場や交流の場として地域の皆様方に愛されております。阪神大石駅北側遊歩道の石垣に「都賀川の水のふしぎ」と掲出されているのを見たことがあるでしょうか？ここには、



「川のはじまり」「酒造りの水」「川の中の豊かな流れ」「川の力」「安全に遊べる川」の内容で都賀川の水の不思議を紹介しています。今回は、私が散歩の途上で知った「都賀川の水のふしぎ」を兵庫県神戸土木事務所掲出文よりご紹介いたします。

「都賀川の水のふしぎ」

(1)「川のはじまり」六甲山や摩耶山などに降った雨は、樹木や落葉などを伝ってゆつくりと土のなかに浸透します。地中に深くしみ込んだ雨は、地下水となって土の中を低い方へ流れていき水となって地上に現れ小川を作ります。

(2)「酒造りの水」都賀川は酒造りと関係が深く都賀川の地下を流れる伏流水は、酒造りの水として使用されています。

(3)「町の中の豊かな流れ」都賀川の豊かな流れは、六甲山や摩耶山が比較的多くの水を蓄えるこ

とが出来、その水が徐々に流れることにより一定の水量を供給することが出来るのです。

(4)「川の力」洪水の時は全く人を寄せ付けずその時の速さは毎秒6m～8mにもなります。これは百メートルを十三～十六秒で走る速さです。

(5)「安全に泳げる川」都賀川の水質は下水道整備と清掃活動などによって改善されBODは1以下のAA類型となりました。これは自然景勝地等の最もきれいな水質に匹敵するものです。

昭和五十一年「都賀川を守ろう会」が結成され、会が中心となって清掃活動が行われ、下水道の整備に伴い厳しい水質検査がされ、安心して遊べる川となっています。水の豊富な清流となり淡水魚、回遊魚等多く棲息し、水鳥も飛来しているなど水流の変化や魚の様子など発見が沢山あります。

また、会による鮎・ホタルの放流や魚のつかみ取り等川とふれあうイベントが行われ「灘百選」に掲載紹介された名所となって広く知られ親しまれております。都賀川の周辺には先人達の残した歴史的に由緒ある記念碑、神社、仏閣等の史跡があり、散策されてみてはどうでしょうか。



復元された灘浜ミ二灯台

へふれまちコーヒータイム① コーヒーの美味しい淹れ方

広報部会 高森 哲



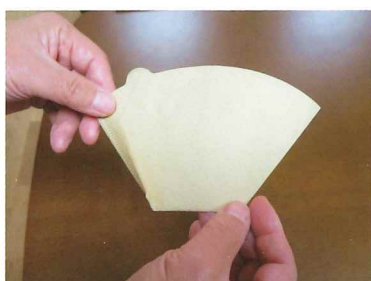
サイフォン、パーコレター、エスプレッソ等々レギュラーコーヒーの抽出器具は色々ありますが、今回はご自宅で手軽に楽しめるペーパードリップ式を紹介いたします。ちょっとしたコツで美味しい手淹れのコーヒーが楽しめるので是非お試しください。



1. ペーパーフィルターの側面と底面の耳の部分互い違いに折り曲げます。
2. ペーパーフィルターをドリッパーにセットして1杯あたり10gのコーヒーの粉を入れます。
3. ポットに沸騰したお湯を少し鎮めて、粉全体が湿るくらいのお湯を注ぎ30〜60秒ほど待ちます。
4. フィルターの上方まで一気にお湯を注いで、その後は水位を一定に保つようフィルター中心部に静かにお湯を注ぎます。

・豆の挽き方（粗挽き・中挽き・細挽き）はペーパードリップ式には中挽きが最適です。

・お湯は沸騰後気泡が出なくなった90〜95℃が適温です。
・静かにお湯を注ぐのが最大のポイントです。粉を攪拌して雑味が出るのを防ぐためです。
・お湯を最後まで漉しきると雑味がでるので出しきらないで捨ててください。
・それではご家庭で美味しいコーヒーをお楽しみください。



1 コーヒーフィルターを折る



2 セットし豆を入れる



3 粉全体湿らせ蒸らしお湯を注ぐ



4 美味しいコーヒーの出来上がり

【今年度の主な行事予定】

◆ 五月二十五日（日）総会

灘地域福祉センター

◆ 十月 グランドゴルフ大会

灘小学校グランド

◆ 十一月三日（月・祝）文化祭

灘地域福祉センター

※予定は変更されることがあります。

編集後記



へふれまちコーヒータイムは、昨年から役員に加わっていただいた高森さんに第一回を担当していただきました。高森さんは、サラリーマン時代にコーヒーの輸入の仕事もしていて、コーヒーに関する知識が深いことから、今後の高森さんのコーヒーのお話が楽しみです。

筆者もコーヒーが大好きで一日二杯は自分で入れて、その香りと苦めの味を楽しんでいます。日本に最初のコーヒーはオランダ商人によって、出島にもたらされたそうです。一方、最初にお茶が日本にもたらされたのは奈良時代と言われていますが、お茶が普及するきっかけを作ったのは栄西禅師のようです。詳細は別の機会にご紹介出来ればと思います。（伊集院）