

いきなりですが皆さん「空堀ワークショップフェス」ってご存知でしょうか？ えっ、知らないのですか？ では、そんな皆さんに改めて「空堀ワークショップフェス」についてお話しますね。

「空堀ワークショップフェス」は、空堀商店街や空堀界隈のお店が会場となって、そこで様々なワークショップが体験できるイベントです。春と秋の年に2回、3日間にわたって行われていて、もうすでに7回も開催されています。

どんなワークショップが行われているかというと、例えば空堀商店街の紙匠雑貨エモジさんでは小さなメモノートを作るこ

とができたり、桃園公園近くのエ・ビシさんでは革小物を作ることもできたりします。前回は大ホールアートや自転車のメンテナンスの仕方などを教えてくれるワークショップがありました。毎回約50〜60ぐらいのプログラムを体験することができま

す。どれも楽しそうなんです。どのプログラムに行こうか迷ってしまうんです。実は私、どれにしようか決めきれずにハシゴして朝から夕方まで4つのワークショップを回ったことがあります(笑)。それぐらい楽しいイベントなんです！

えっ、この文章を書いているあなたは何者ですか？ ええと、私は、と言うより私たち

は「空堀ワークショップフェス」をPRするために結成されたグループ「路地裏アイドル」からほり3人娘です。私たちができるんですよ！ 次回もワークショップを行うメンバーがいるので、ぜひチェックしてみてくださいね。

からほり3人娘は主にフェイスブックで「空堀ワークショップフェス」の情報だけでなく、ワークショップの合間や帰り道に観に行つてほしい風景、寄つてほしいグルメスポットや会いに行つてほしい魅力的な人物も紹介しています。よければこちらもチェックしてみてくださいね！

8回目となる次回の「空堀ワークショップフェス」は、4月14日(金)〜4月16日(日)の3日間です！ 今回も楽しいプログラムでいっぱいです。ぜひ



ワークショップで空堀を体験しつくしてくださいね！ 皆様のお越しを心よりお待ちしております。

(路地裏アイドル からほり3人娘)

知っていますか？

空堀ワークショップフェスを

からほり新聞

第40号
(2017.3.27)

「空堀界隈を散策される皆様へ」

- ◆路地の奥は私有地が多いのでご注意ください。
- ◆美しい石畳や木造家屋に「ゴミ」は似合いません。
- ◆商店街は生活の場でもあります。節度とマナーで笑顔が増えます。

☆編集後記

◆最近、歴史あるまち並みが火災でなくなっています。歴史を残すのか、防災に強いまちにするのか。空堀のまちならではの方法を考えていきたいですね。(のぶ)

◆三寒四温って本当は冬の季節だと言いますが、今ぴたり、沈丁花が方々で香り、春は着実に。(山名)

◆三女出産でばたばたしていますが周りの方に助けられています。(由佳子)

◆ボラほり ボランティア出会い市を開催しますが谷町筋を挟んで東側になりました。人通りがちょっと心配で同時に空堀音楽祭もします。みなん見に、聞きに来てください。(ケラ子)

会のお知らせ

お年寄りの皆さんが、住み慣れた町で楽しく充実した暮らしが続けられることを願って、支援活動や暮らしの潤いになる様々な企画を推進しています。

- 高齢者外出介助の会 ☎06-6764-4002
 - ◆みんなで集う春のコンサート▶5月6日(土)▶13:00開場▶13:30~15:00終了▶大阪市立中央会館▶マリンバ、フルート、ピアノ
 - ◆てるてるクラブ▶4月8日(土)13:30~15:00▶参加200円▶からほりさろん
- 大阪市立島之内図書館 ☎06-6211-3645
 - ◆春のこども会▶4月22日(土)13:30~15:00▶島之内図書館多目的室▶紙芝居、大型絵本読み聞かせなど
- 桃園会館▶☎06-6762-5599▶ふれあい喫茶▶4月21日(金)▶13:30~15:00
- 桃谷会館▶☎06-4304-2266▶キューピークラブ(子育てママ)▶4月20日(木)▶10:00~11:30

- ▶ふれあい喫茶▶4月21日(金)
- からほり悠▶☎06-6765-1566▶キモノdeカクテルパーティー▶4月8日(土)15:00~19:30▶会場:1部悠、2部コトコトダイニング
- 楓▶☎06-6761-0355▶四重奏▶バイオリン、チェロ、ピオラ(清水谷高校卒業生)▶12:30開場、13:00開演▶16:30開場、17:00開演▶4月8日(土)、4月9日(日)▶大人1、小人1で1,500円▶大人一人追加1,000円、子供500円▶申し込みは電話か kaede-g@muabiglobe.ne.jp
- ひなたぼっこ▶☎06-6768-1882▶大人の書道篆刻▶4月22日(土)11:00時から、14:00時からの2回。▶1700円▶ケーキセットつき。
- 隆祥館▶4月6日(木)江弘毅さんトークイベント「いっとかなあかん店 大阪」発刊記念▶4月13日(木)白波瀬達也さんトークイベント「貧困と地域」発刊記念▶どちらも、時間は、19:00~21:00

お買い物は空堀商店街で

特定非営利活動法人

高齢者外出介助の会とは？

お年寄りの皆さんに、より楽しく充実した日常生活を過ごしていただくため次のような活動をしています。

- ①外出介助(買い物、お墓参り、通院など)
- ②暮らしサポーター(買い物、薬取り、入院時支援など)
- ③車椅子貸し出し(お気軽にご利用下さい)
- ④生きがい作り講座(童謡・唱歌を歌う会、布ぞうりなど)
- ⑤ハーモニカ教室
- ⑥「からほり新聞」制作

お気軽にお問い合わせください。

大阪市中央区松屋町4-8 メイツ松屋町1階

TEL&FAX 06-6764-4002

月~金(10:30~15:00)

E-mail: odekake@helen.ocn.ne.jp

ホームページ: odekake-karahori.com

「からほり新聞」は高齢者外出介助の会に集う有志が、愛する「からほり」の賑わいを願って作っている無料のコミュニティ紙です。ご意見・ご感想・投稿・イベント情報などお待ちしております。また、「新聞置いてあげてもいいよ」とおっしゃってくださいのお店も大募集。

「からほり新聞に参加したいな」と思われる方、大歓迎です。気軽にご連絡ください。(現在55カ所設置)

5月14日(日)



空堀音楽祭
KARAHORI MUSIC FESTIVAL

参加店/演奏者募集中!

空堀を音楽で1日満たしませんか?

“誰”かと話したいかたお待ちしています。

てるてるくらぶ(認知症カフェ)

13:30~15:00 毎月第2土曜日

参加:茶菓代(200円)

☎06-6764-4002(9時~17時)

Memento Oikos.

なつかしさの未来、匂をたのしみませんか?

博士のととや

開店 火・土
時間 11:00 ~ 17:30
モリエコロジ (株)
06-8976-2655
090-8938-5090
morteco@sky.plala.or.jp



品種の魚介類の生態、流通管理(現地活メ)、調理法(調理師)を語ることができる魚屋(水産庁任命の「お魚のかたりべ」)は日本中で「博士のととや」のみであると自負しています。是非、御来店、宜しく願い申しあげます。



ができ苦戦されているような話もありました。今里の皆さんは空堀まち歩きと関係者の話で成果を持ち帰ってくださったことでしょう。



博士のととや

からほり新聞 第39号(2017.1.10)で、「やっぱり空堀は面白い。「豊かな海づくり」と「魚食文化の継承」を目標に事業を進めてこれ、実現したのが今の場所」と記載したモリエコロジ(株)の社長:森鐘一さんのお話をまとめました。

私は、川や海の生態系の研究者で、環境変化が河川や海域に与える影響に関するコンサルタントとして活躍し、59才で博士号(大阪市大)を取得(P.H.D)しました。近年では干潟や藻場の再生に取り組んでいて、その成果により漁業者からも信頼を得ています。

しかし、近年、漁場では自然を相手の重労働の上に、悪い経営環境では、新規参入者はほとんど存在しなく、水産業の衰退を招いています。このままでは沿岸環境を見守る人がなくなり、世界でも貴重な「豊かな海」の危機が訪れています。その要因として、魚介類の販売は量販店主導となり、「低価格指向」

や「簡便化志向」に対応した、効率主義が消費者にも浸透し、「簡便化志向」が顕著になり、肉類の消費が魚介類より多くなっています。同時に、効率主義を追求した結果、量販店はロットや規格がそろう魚種を流通させ、我が

国沿岸で獲れる少量多品種の水産物を店頭で並べなくなりました。そして、それらが生産者段階まで影響を及ぼし、産地市場価格は低迷し、漁業者の所得は低く抑えられています。豊かな海を後世に残す一助となればと思い、漁港の市場では「仲買」として、大阪においては料理教室を開催してきました。参加者から発せられる言葉は「こんなおいしい魚はどこで購入できるの?」でした。そこで、モリエコロジが直接、顧客の皆様へ直接おいしい魚をお届けする方法として「博士のととや」を昨年6月から営業を開始し、その時にお値打ちな旬の魚介類を仕入れ、販売しています。漁場環境から少量多

空堀見学次々!

先月は寝屋川の香里中央商店会、今月の3月10日は今里まちづくり活動協議会の皆さん17名が来られました。

空堀まちなみ井戸端会では当日、まち歩きをし空堀のまちを紹介。丸与ホールで空堀で活動している空堀まちなみ井戸端会関係者の皆さん、空堀倶楽部の

元メンバー、空堀まちアートに関わってこられた渡辺さんなどゲストスピーカも交えて今里の皆さんに活動の話をしました。それぞれ凄いなと思ったのは空堀倶楽部もまちアート関係者も自前で工夫や苦勞をしながら活動を進めてこられたことです。

参加者から“空堀ブランド”という話や商店主からは齢を取って健康維持のために店を開いていると、近辺に大型スーパー

快傑! からほり人

快傑ファイル其の三十一

昭和50年から続く、黒毛和牛専門店「山中精肉店」

山中精肉店 山中博司さん



桃谷公園の向かい空堀商店街沿いに店舗を構えるのが、昭和50年(1975年)から店舗を構える山中精肉店です。

同店は友人が「今までいろいろなお肉を食べたけれど一番おいしいのがここ!」と断言していました。そんなに美味しい理由は何なのか、訪ねてみました。

午後2時に取材に伺うところでした。掃除の時間に入るところです。掃除前でしたが店内はとてもしっかりと整頓され、清潔感があり精肉された牛肉と豚肉が丁寧に並べられていました。

ショーケースの奥には精肉を行う機械が置かれて、店主の山中博司さんが一つ一つ丁寧に

解してピカピカに清掃していました。

「生ものを扱っているから掃除が一番気を使います」と山中さん。6年使っている機械は新品同様の状態でもきれいで

山中精肉店はもともと精肉修行をしていた先代が夫婦でお店を構え現在2代目となります。創業当時から「国産黒毛和牛」と「国産豚肉」一本という販売スタイルを貫いています。

「この地域は新しくスーパーが立って激戦区になりました。ここでしか買えない、質の高い肉を安い値段で販売しないと生き残れない。とても美味しいか

らと遠方からも来ていただけなのがうれいのです」と山中さん。

不思議と店内は肉や独特のにおいがせず無臭。その理由は扱っている肉にあります。

牛肉は1等級から5等級までランクがあり、ここで扱っているのは5等級が基本になります。これは高級レストランなどで出されるランク。牛の種類は国産牛から、高札牛、国産黒毛和牛という順にランクがあり、最高

級ランク。同店では肉質、牛種ともに最高ランクを置いているのです

山中さんは「新鮮でしかも日本が一番おいしい牛の最高ランクとなればその味は別格。赤身

でも、とても柔らかくて「本物の肉」の味がします」と話す。

そんな高級肉ならさぞかしいい値段がするのでは? と思われませんが以外にリーズナブルです。しかも税込み価格なので計算もしやすい。安さの理由はその日に仕入れたものを、その日にさばいて、売り切れたら終了と無駄を省いているからです。

この日も女性客が天王寺からわざわざ訪れました。接客するのはお母さんの道子さん。食べ方のお肉を勧めます。昔も今も変わらない、元気な声と会話

が店内に響いていました。空堀で一番(もしかしたら大阪で一番かも?) いいお肉を安く購入できる山中精肉店。ぜひ一度、その味を堪能してみてください。

「山中精肉店」

住所: 中央区上本町西

3-3-29

営業時間: 8時~18時30分

定休日: 日、祭日

電話: 676212813

ボラほり商店街

ボランティア出合い市

空堀商店街(谷町筋を挟んで東側)で開催します。17時終了予定。(雨天中止)
 参加はボランティアグループ、市民団体、NPO法人、社会貢献を行う企業など。

空堀にふらりと来られ偶然の出会いはボランティア活動を知らずとも、いつか参加ができたらいと、であいの機会作りです。ふらりとついでに覗いてください。



ボランティア団体のみならず、出店の詳細は裏面をご覧ください。

参加団体募集中!

空堀商店街のお店の軒先をお借りして、情報発信したいボランティアグループや市民活動団体と、ボランティアしたい人を結ぶボランティア出合い市を開催します!

団体の情報発信やボランティア不足などいろいろとお困りの団体、一期一会を楽しみたい団体など、出店してみませんか?

イベントの内容を以下のとおりご案内いたしますので、ぜひ、出店をご検討ください。みんなでボランティアアムーブメントを巻き起こしましょう!

■連絡・お問合せ先■

高齢者外出介助の会
 (永井佳子)
 06-6764-4002
 odekake@helen.ocn.ne.jp

同時開催



参加店、参加演奏者募集中

空堀を音楽で元気にしたいと有志が集まって開催します。空堀周辺の飲食店が主な会場です。空堀のまちをめぐる、音楽を聴き空堀を堪能してください。

【参加問い合わせ】
 六波羅
 080-4765-0312
 高齢者外出介助の会
 06-6764-4002



あの時しておけばよかった

高齢者外出介助の会
 事務局長 永井佳子

最近死に際に「あの時しておけばよかった」後悔を口にされる方が多いというのを聞きました。これを知って、私の最後はどんな言葉になるのでしょうか。私は、気になることやしたいことは口に出し行動しています。結果が思ったようにならないこともあり、まず行動あります。サロンに来られる方もいろいろ話してくださいますが、話すだけで、「ではそのように」というと、できない理由を並べられ、聞く私にストレスが。言うばかりで動き出さない方は苦手で。会を立ち上げるとき誰かなく話していましたが、「いいなあ」と言っても「一緒にしよう」と

言う方は皆無でした。場所もない仲間もないし、ビジョンと方法だけは考えていましたが、踏ん切りがつかせません。50代を過ぎこのままだったら、将来後悔するなど頭をかすめました。そして、脈絡なく52歳で、今でないと絶対しないで終わるだろうと思いましたが、その思いがきっかけになり、自分で自分の背中を押しました。94年4月新聞に掲載してもらい仲間集めをしました。

そして今も夢があり実現するまでと毎日空堀に通っています。この齡までサロンに来られてることがあるってありがたいと思うとともに、最後は「ありがとう」で終われそうです。



車椅子がらめしてみれば

街のおじさんから

高齢や障害で車いす生活になることは誰にでも起こるかも...でも車いすからは世の中がよく見えてくる。そんなおじさんの考えたことを連載で。

3月11日で東日本大震災から6年目を迎えました。阪神淡路から熊本地震まで、実に多くの震災被害があり、その都度防災への備えが喚起されてきました。しかし、どれだけ自宅での備えをされているでしょうか? 非常持ち出しや、当座の飲み水と食料は大丈夫として、一部屋でも壊れないよう耐震補強をしていますか? 近所の人といざという時、どうするかの話をしていますか? 避難所のことや考えたことがありますか? 空堀地区の避難所は、南高校と上町中学が指定されていますが、いざという時直ぐに行けますか? そこで当座の間でも、過

地域での防災訓練に、参加していますか? 空堀は高齢者がとても多い地域で、普通の避難所では過ごせない人のための「福祉避難所」があるはずですが、どこか知っていますか? これは熊本地震で改めて話題になりましたが、中央区は「在宅支援センター」も「一ヶ所指定」されているだけです。ここはデーサービスはやっていますが、一階は事務所で二階以上でないと思いませんか。停電で断水状態なのに! 身近な防災について、チェックしたり、考えておかなければいけない事が、たくさんありますね。(身障者相談員・山名勝)



地域の福祉、みんなで参加

●地域の福祉の充実に、みなさまのご支援をよろしくお願い致します。共同募金は、10月1日~12月31日の期間ですが、年間を通じて寄付金を受付しています。●大阪府共同募金会事務局は、谷町7丁目交差点を信号1つ西入ルの大阪社会福祉指導センターの2階にあります。どうぞよろしく。●ホームページをぜひご覧ください。http://www.akaihane-osaka.or.jp

からほり新聞に 広告掲載しませんか?

サイズ 49mm×79mm 3,000円
 サイズ 33mm×79mm 3,000円
 (2回連続 5,000円)

高齢者外出介助の会 06-6764-4002

か ら ほ い 界 隈 お 散 歩 M A P

皆様のからほり地域の
情報をお知らせください!



～ 若い人目線 36の見える方～
 今度は空堀に住んで数年という若い方にお
 願いしてみました。
 ちよつと違った視点で選んでくださると期待
 していました。
 4番出口を出てすぐ右の石畳くタイミング
 が良ければ夕日が見える。(なるほど!) 夕
 日の写真が撮れなかったので想像してくださ
 い。
 其線 お豆腐屋さんの岡田さんで朝に出来たての
 豆乳を一杯ひっかけた仕事に行くのが通! な
 りとは毎朝見ている風景なのでスルーしてしま
 いとま家族のお弁当はお得感があつてお勧め。
 ほかにも挙げていただきましたが、紙面の
 都合で残念ながら掲載できませんでした。
 また次回に、楽しみにお待ちください。

取材・ケラ子
MAP作成・日本のぶゆき



◀ 《エクチュア》
 ホットチョコレートが美味
 しすぎてたまらない。
 (練の蔵)
 定休日: 水曜日
 ☎ 06-4304-8077



◀ 《レクレール(L'eclair)》
 政風食堂) ランチプレート
 に大満足。ゆったりした空
 間、野菜たっぷり。
 定休日: 火曜日
 ☎ 06-6761-6199



◀ 《とまと家族 谷町店》
 新谷町第三ビル南角。
 お弁当にお味噌汁が付いて
 きます。
 定休日: 不定休
 ☎ 06-6763-4183



◀ 《杏(アンズ)》
 手作りジャムが美味しい。
 月替わりケーキもお気に入り
 定休日: 火・水曜日
 ☎ 06-6710-4598



◀ 《岡田屋本店(豆腐店)》
 豆乳の立ち飲みができるス
 ポット。
 定休日: 日曜日・祝日
 ☎ 06-6761-6731



◀ 《ヤングドライ 空堀店》
 お店の方が和やかで、名前を
 よく覚えてくださっている。
 定休日: 水曜日
 ☎ 06-6762-0381