

セトラ通信

▲理事長 今月の一言*****

血糖値の悪化から「糖質制限」を始めて1ヶ月半、お米・小麦（麺類・パン）・イモ類などの炭水化物をほとんど摂らない生活を続けています。皆さんからは「つらいでしょう、何を食べてるの？」と訊かれますが、カミさんがいろいろ工夫しておかずを作ってくれて、しかもカロリー制限はないので結構お腹いっぱい食べて、それなりに楽しい食生活を送っています。先日あらためて血糖値を計ったら190から90に急降下！これは完全に正常値と言えます。体重も3kg減って62kg台で安定しています。従来の糖尿治療と言えばカロリー制限でしたが、この糖質制限に勝る効果はないですね。血糖値とメタボの気になる方は是非ともお試しください。確実に効果がありますよ！

さて、セトラではAH!の新展開、大イノコ祭りの始動などで慌ただしく動いています。グリーンプロジェクト、ソーシャルガーデナー倶楽部、地域環境プロジェクト、もとまち自遊ひろばも順調にルーティンワークをこなしてもらっています。AH!では、松川氏企画にてRCCラジオで毎週月曜日 19:30 より“AH! FUN RADIO”を放送中！そして6月にはエールエール地下にて初の「出張AH!」を開催予定です。また、袋町公園の美化活動が400回を超えました！

それでは今月もセトラ通信をごゆっくりご覧下さい。 (NPO法人セトラひろしま 理事長 若狭 利康)

.....<目次>.....

- 【1】グリーンプロジェクト NOW
- 【2】アリスガーデンパフォーマンス広場AH! NOW
- 【3】まちなか子育て支援&こどもイキイキ環境づくりプロジェクト
- 【4】文化交流プロジェクト
- 【5】地域環境プロジェクト NOW

【1】グリーンプロジェクト NOW

◎グリーンプロジェクト

早いもので、この号が出る頃にはもう6月。半年の月日が流れます。寒い日が続くと思っていましたが、自然の変化は激しく暑い日が始まっています。

・・・ですが、毎日外にいる私が思いますに、朝晩がなんとなく冷える日があります。霜注意報が出る日が5月始めにはありました。そんな時、農作物に対して何を注意しないといけないかと申しますと、寒さに弱いトマト等は、若干遅らせて植えることです。実生りは多少遅れ数も減りますが、苗枯れは防げます。アリスガーデンに今から植えようとしております、花も農作物と同じように寒さに弱いものがあります。

・・・そんな自然の変化を感じながら、試行錯誤の毎日です。

(報告：オザキ マサヒロ)

■活動報告

○アリスガーデン定期活動

作業員： 牧野 尾崎 2人

作業内容：痛んで破損したラティスの撤去後、防腐剤塗装を施した、新たなラティスの取り付け。



◎ソーシャルガーデナー倶楽部

花の美しさのも力強さが感じられる初夏の候となりました。皆様・・・ゴールデンウィークのお疲れが出ておられませんか？ 夏のような日差しの日中と肌寒い夜に体調を崩されている方も少なくないのではと推察致します。

今年は、バラの花が予想以上に蕾を付けて近所を歩くのも楽しみと思っていたのもつかの間・・・雨ですっかり花びらが痛んでしまい、がっかりな光景です。

去る5月14日(水)、我が倶楽部メインイベント「袋町小学校2年生との花育活動」を行いました。一回り大きく成長した児童に久々に会い、時の経つ速さと子ども達の成長ぶりに完全なお婆ちゃんモード!! 思わず目を細めてしまいました。頼もしく、このまま元気に育って欲しいなと願いながら、教室へ向かう子ども達の後ろ姿を少しさびしい思いで見送る私たちでした。



■活動報告

- | | | |
|---------------|------------------------|-------------|
| ☆ 5月14日(水) 午前 | 「袋町小学校2年生児童との花育活動」 | 花苗 インパチェンス |
| | 2年生児童 | 34名 |
| | 倶楽部員等大人 | 19名 |
| | 植替え鉢数 | 17鉢 |
| 午後 | サークル花壇 | 花苗植替え |
| | 倶楽部員 | 10名 |
| | | (うち外国人2名参加) |
| ☆ 5月20日(火) | 花と緑の広島づくりネットワーク「栽培講習会」 | 希望者申込参加 |

■活動予定

- | | | |
|------------|------------|----------------|
| ☆ 5月27日(火) | 春のガーデニング講座 | 希望者申込参加 |
| ☆ 6月11日(水) | 定例活動 | プラザ周辺の手入れ・美化作業 |

* ソーシャルガーデナー倶楽部会員募集! *

“いっしょに、グリーンと花の街づくり! 家庭園芸から社会園芸へ!”

会費: 1,000円(年)

【2】【アリスガーデンパフォーマンス広場AH! NOW】



街の『感性価値』アップ・・・街文化はここから生まれる

AH!とは「Alice Hiroshima!」の略で、アリスガーデンパフォーマンス広場事業です。ひろしまの街文化の発信を通して広島市センターエリアの新しい魅力作りと観光拠点の創出…何よりも街が発信する『感性価値』の増殖を目指し、2004年4月より、広島市の「へそ」、アリスガーデンで活動が続けられている。広島自生の街文化の今を示すショーケースであり、遊歩する多くの人々の足を止めている。

アリスガーデンパフォーマンス広場 AH! 4月!

4.19 イベントAH! レポート

今回もちろん、ブースも賑やか!AH!発の鯉パフェに、もちもちポテト。(下左)、Deli&CafeHash さんのカフェ号。(下中) そしてお菓子も!飲食ではありません!(下右)



はんこ屋 Honono さん。(下左) ワークショップやアート小物などなど充実のラインナップです。(下中・右)



《Alice First Chance》

今回の挑戦者は、miki さん(下左)、二人組男性ボーカルユニットのover さん(下中)、そしてミエリさん(下右)の三組。



接戦を制してミエリさんが、二度目の挑戦で栄冠を掴みました。

《ライブペインティング くま&YUICHI》

まずは、くまさん。



「柳緑花紅」「我力」そのままである勇氣、そのままがいい——自分の力を信じて歩く。その姿勢が本気であれば、その人のためになる。自身の姿と自身の表現で、くまさんは、大切なことを伝えてくれます。

つづいてYUICHIさん。キャンバスには、生命の始まりが——



そして、十か月の間、母体で育まれる命——全ての人がそうして生まれ、生まれてからも丁寧に育てられる。国や文化が違って……そのことを忘れなければ——「なぜ、これがいけないのか」そうした判断は簡単にできるはず。生命力にあふれた10分間の表現に、力強いメッセージが込められています。

《Hiroshima Club Scene DRIBBLA DANDIMITE TAKKINAL-D》

カッコ良さ、笑顔も満載でお届けしている3D（トリプルディー）DRIBBLAさん、DANDIMITEさん、TAKKINAL-Dさんのライブ。駆けつけた3Dのファンの方も他のコーナーやライブを見に来た方も盛り上がるAH! ならではのライブ!! 5月3日のAH!では、3Dのいつもと違うライブが見られそうです。お見逃しなく!!



《Dance Dance Dance バトル》

いよいよ、新シーズンがスタートしました。今シーズンは 2on2 でのバトル。熾烈なトーナメント戦。昨シーズンでも優勝を経験したダンサーのいるチームが順当に勝ち上がり、一層、熾烈な展開に！

決勝前には、NabeさんとCrazy yassさんのダンス。(下左) 駆けつけた3Dのファンの方も他のコーナーやライブを見に来た方も盛り上がるAH! ならではのライブ！！



観客を釘付けにします！そして「おしよー」(上中)「SUPER NOVA」(上右)が同時優勝！！今シーズンは、額入りの賞状、そしてトロフィーも登場、優勝チームに授与されます。さらに賞金とラジオ出演権も！アリスカフェさんからも賞品授与。興味のあるダンサーの方はぜひ、AH! のDance Dance Dance バトルにエントリーしてみてください！

→<http://ahinfo.blog39.fc2.com/blog-entry-155.html>

《IDOL-ROOM snowdrop Re: s(りる〜つ)》

まずは、snowdropのみなさん。広島市青少年センターでアイドル養成プロジェクトとして誕生した、地元広島を盛り上げるアイドル！AH! 初登場ながら、大きな声援を受けてのステージです。3rd single「気づいて！キヅカナイデ・・・」も披露、客席のボルテージも急上昇しました。そして Re:√s(りる〜つ☆)のみなさん！多くの Re:√s(りる〜つ☆)ファンの姿も見られ、たくさんの歓声に迎えられました。前回のAH!で初披露された、3月29日リリースの新曲「虹色ファミリー」も好評発売中です！



《AH! ひろしま MAPLE S プレミアム公演》

今月から IDOL-ROOM のコーナー枠を飛び出し、単独での出演枠へ！より、じっくりと、ひろしま MAPLE★S の魅力を目の当たりにできる時間となりました！！



さらに、この日は新衣装もお披露目されました。ステージ終了後の握手会には、長蛇の列ができていました。そしてついに、6月11日(水)に、4th シングル「Boom! Boom! Miracle Emotion」が全国リリースされることとなりました！これから全国各地でインストアイベントが開催される予定とのことです。

《Beat Box バトル》

冒頭、Beat Box のパフォーマンスとともに Beat Box を紹介——そしていよいよバトルスタート！繰り出される渾身の Beat Box の応酬、白熱するバトル、バトル、バトルの連続——時にはコミカルな展開も。



今回は、決勝で前回覇者の TORU さんを破った Rikiya さん（上右）が優勝、見事にリベンジを果たしました。

《佐々木リョウ》

彼のステージのために来場した大勢のお客さんの姿がありました。立ち見の方も以前にも増して多くなり、海外の方の姿もみられました。心にしみる歌——



お客さんからはそんな声も聞かれました。そしてついに、この4月からは、ラジオ番組もスタート！！RCC ラジオ「佐々木リョウのバリAじゃんラジオ！！」毎週日曜日、お昼12:30からオンエアです！ぜひチェックしてみてください！。

(文章:近藤倫生)

好評です!AH! RCCラジオ番組でオンエア!
“AH! FUN RADIO”

月曜日 夜 19:30~19:55 (25分)

AH!や INDIKET の情報をコアに、広島市中央部エリアのイベントやアート情報など、現在進行形で発信!

広島中央部と広島の玄関・「空港」「広島駅」「宇品港」を結んだ

広島カルチャー・プロモーション・プロジェクト!

主催: Cocoro-to 共催: 広島市中央部商店街振興組合連合会・NPO 法人セトラひろしま

AH!の予定!

6月14日(土)エールエール 出張AH! / 7月20日(日) / 8月17日(日) / 9月13日(土)/

10月11日(土)-12日(日) インディケッ2014 /

11月19日(水)えべっさんスペシャル / 12月6日(土) エイズデーバージョン

2014 APRIL ~ AUGUST
THE AH! FUN RADIO PROGRAM



今期上半期ガイドブック

イベントプログラム

次回のAH!は・・・2014年6月14日(土) 出張AH! @エールエール

広島のカルチャーをアリスガーデンから全世界へ!!

アリスガーデンパフォーマンス広場AH! 情報局

<http://ahinfo.blog39.fc2.com/>

【3】まちなか - 子育て支援&こどもイキイキ環境づくりプロジェクト

中央公園冒険遊び場「もとまち自遊ひろば」

子どもの発想と創造力で自由に遊べる遊び場です。

～ぼくらのアソビは無限大!!～



詳しくは、広島市ホームページを御覧いただくか電話等でお問い合わせ下さい。

※悪天候の場合は中止します。開催の有無は、当日午前9時以降に「おしえてコールひろしま 電話 082-504-0822」でお知らせします。

【場所】 中区中央公園芝生広場周辺（中区基町）

【対象】 おおむね中学生以下の子ども（保護者の付き添いは自由）

【内容】 遊び場に置いてある縄、段ボールなどの材料やいろいろな道具を使って自由に遊ぶことができます。

※汚れてもよい服装でお越しください。参加するとき、帰るときは必ず受付を通ってください。お昼の弁当や飲み物は、各自持参してください。

※駐車場はありませんので、公共交通機関などでお越しください。

【お問い合わせ】 中央公園冒険遊び場「もともち自遊ひろば」の会事務局（NPO 法人セトラひろしま内）

TEL 545-7611 FAX 545-7612 e-mail children@cetra.jp

広島市子ども未来局 子ども・家庭支援課 TEL 504-2813 FAX 504-2255

もともち自遊ひろばの会 4月 活動レポート

新年度初回は、雨のためやむなく中止とした。そのためか、27日は天気の良いこともあり、100人を超える多くの人たちが遊びに来た。リピーターと新規の割合もこのところ半々位に落ち着いている。4月にはいって市から広範囲の幼稚園や小学校にチラシを配布してもらったこと、友人から誘われて来たという人が多くあった。

こどもたちは、回を重ねるにつれ、こども同士でよく遊ぶようになっており遊ぶ力が育ってきているのを感じる。さらに、暖かくなってきたこともあり、川遊びも見られた。常連、準常連、新規また、小さい子、大きい子によっても遊ぶ力や危機管理能力は異なってくるので、自ら遊びを發展させていけるようなそれぞれのこどもに適したゆうえん隊の関わりが大切となってくる。こどもたち自身が遊ぶ力を養っていく場としての自遊ひろばの在り方について、ゆうえん隊で共通認識をもっていけるようその都度話し合い共有していきたい。

1, ひろば活動

4月13日(日) 雨(降水確率70%)のため中止

4月27日(日) 晴：参加者 101名 (R 47名・新 54名/リピート率 46.5%)、ゆうえん隊 7名

森本さん(緑ガムテ)とこどもたちで昼ご飯にシチューを作ってみる。

上岡さん(カミちゃん)がゆうえん隊に加入

2, 個人協賛金・寄付品について

27日(日) 5,465円

ひろばに来たこども大人ゆうえん隊が飲食物や物品などを好意で提供し、みんなで共有する。

3, ひろば活動に関する諸連絡

日誌がMLの共有ファイルに適時UPされているので、ご覧ください。

4, 事務局の活動

3日(木) 基町小学校へ(新年度挨拶・チラシ配布願ひ)：六百田

国際大学へ(学生ボランティア要請願ひ)：六百田

- 9日(水) セトラ合同花見(市新担当者(竹本さん)と顔合わせを兼ねて) : 石丸・近藤・六百田
 15日(火) H25年度収支予算書、H26年度予算案、H26年度事業計画書、経理について
 : 石丸・川成・六百田
 17日(木) 広島大学V-proへ(学生ボランティア要請願い) : 六百田
 18日(金) H25年度収支予算書、H26年度事業計画書を市へ提出 : 石丸

新年度チラシ配布、広報(イクちゃんねっと・中央公民館だより)、同意書データ打込み、アンケート集計、ゆうえん隊調整とML連絡、経理、今年度緊急連絡体制とケガや緊急時の対応の見直し、5月「救急法講習」の打ち合わせ・前期大学生ボランティア要請願い(女学院、修道、文教)、SNS管理、印刷(チラシ・アンケート)・ひろば活動の準備 他
 (報告 : 六百田)



「ゆうえん隊・朝のミーティング」



「泥遊び」



「段ボールの基地」

【自遊ひろばの情報は・・・】

(公式ブログ) ひろばの様子をぜひブログをご覧ください。

<http://boukenasobiba.blog.fc2.com/blog-entry-68.html>

(公式フェイスブック) いいね! をよろしくおねがいします。

<https://www.facebook.com/jiyuuhiroba>

これからのひろばのよてい (平成26年度前期)

5/11(日)・25(日)

6/8(日)・22(日)

7/13(日)・27(日)

8/10(日)・23(日)

9/14(日)・28(日)

ひろばのじかん 10:00~16:00 参加無料!

【4】 文化交流プロジェクト

大イノコ祭り

今年も開催を目指します!

只今、にぎわい補助金応募のため、昨年祭りを経験したメンバーによって結成された「若亥の子衆」が企画しています!

開催日:平成26年11月8日(土)・9日(日) 雨天決行(予定)

■場所: メイン会場/袋町公園 サブ会場/並木通り・アリスガーデン

亥の子巡行/本通商店街・金座街商店街

主催: 広島市中央部商店街振興組合連合会・イノコ大福フェスタ実行委員会 他

ちらっと企画告知!(予定!!!)

大イノコ祭り 会場：メイン会場：袋町公園 サブ会場：並木通り・本通商店街

袋町公園メイン会場

《イベントの象徴となるコミュニティー・アートの制作》

イノコ・インスタレーション“石動(いするぎ)”の制作

直径 20mの円周上に長さ 13mの孟宗竹 88 本を立て、竹の先端に結ばれたロープを中央に置かれた 1.5 t の大石に結ぶことによって、竹の張力が加わり、大石が空中に吊り上げられる。そして吊り上がった大石を「亥の子石」とみため、大イノコを行う。



参加型セレモニー企画「はばたき(仮称)」プロジェクト

平成 26 年 11 月 8 日(土)～11 月 9 日(日)

世界中から広島に寄せられた沢山の折り鶴、希望へ向けての「はばたき」をテーマとし折り鶴のお焚き上げを行うという、新しい形式の参加型セレモニーを「大イノコ祭り」に連動して実施する。

前日祭：平成 26 年 11 月 8 日(土)

●地元アーティストによるライブステージ

本祭：平成 26 年 11 月 9 日(日)

●「大亥の子」15：00～子どもたちが竹の力をかりて 1.5 t の大石を吊り上げ大石をつく

●「祝祭」18：00～ 吊り上がった大石と竹に囲まれた空間を野外劇場とし、音楽・舞踊・アート・映像が融合したパフォーマンス・ファンタジーを展開。(音楽・ダンス他)



袋町公園「秋のグルメ...こだわりの一品屋台」：11 月 8 日(土)・9 日(日) 12：00～20：00

広島特産品 お好み焼き つけ麺 汁なし担担麺、スイーツ 等

本通・金座街会場：11 月 9 日(日) 12：00～14：30

●吹奏楽パレード (吹奏楽団 5 団体程度のリレーパレード。袋町公園へ移動後、袋町公園でも演奏)

並木通り歩行者天国：11 月 9 日(日) 12：00～16：00 (予定!!)

袋町公園メイン会場へ集客を誘引する「参道」として実施。ドッグショー・大道芸ストリートパフォーマンス・

ファッションライブ他 (予定)

連携企画

亥の子巡行企画〈広島本通商店街振興組合主催〉

11月9日(日)10:30位~12:30 本通・金座街にて、従来の亥の子祭実施

「並木通りカルチャーマルシェ(仮称)」〈並木通り商店街振興組合主催〉

11月8(土)~9日(日) 手作り雑貨等マルシェブースの展開

アリスガーデン企画

〈イノコ会(仮称)主催〉11月8(土)~9日(日)

アリスガーデンにて *ライブパフォーマンス、街コン等、ブース・ステージ展開。

セトラひろしまの新しい取り組み!!!

4月より「夜の街の芸術を考える会」の事務局をすることになりました!!

いよいよ6月より 『ひろしま夜街芸術“ナイトアート”』スタート!

《夜街芸術の発信を通じた流川・薬研堀界隈の新しい魅力の発信》

夜街芸術“ナイトアート”

中国地方随一の歓楽街である流川・薬研堀地区。日本経済停滞の影響で人通りが少なくなり夜の街が低迷していると言われて久しい。また夜の街の利用の趣向も変わり、特に高齢者、若者、女性の夜の街離れが著しい。

そのような中、今年度、政府も企業が得意先の接待などに使う「交際費」にかかる法人税の減税を導入し、飲食店などにも景気回復を波及させようという狙いだ。このチャンスに、夜の街に再び人を惹きつける活気と魅力を取り戻す施策とは何か?今の時代にフィットし蘇る、夜の街ルネッサンスは可能か?

この課題を受け、本活動は「夜街芸術“ナイトアート”」という言葉の切り口に、地元創発型アートコンテンツを資源に、多様なターゲット(特に夜間の外出が少ない女性、若者)に対応した魅力創出事業を展開することで、流川・薬研堀地区に新しい夜の文化的賑わい(夜街文化の確立)を醸成し、それによる経済効果の創出を目指す。

リニューアル新地ギャラリー 展示第一弾 決定!

新地ギャラリー(広島市中区堀川町及び薬研堀における3ヶ所) 6月~8月6日

クリエイティブ集団 ProjectNOW!

夜の街 薬研堀・流川界隈 アートでコネクトするための情報誌

アートフリーペーパー“ヒロシマ・ナイトアート”創刊号 発行!(6月16日予定)

《コンテンツ》

「リニューアル新地ギャラリー 展示作家インタビュー」「久礼汰の酒場放浪記」「夜のアートな物語」「夜の街角レポート」「ちょっと、酔ってこ!」「team やめよう」「薬研堀・流川情報」

*リニューアル新地ギャラリー オープニングイベントと併せて発行記念パーティ 6月16日開催予定

【5】地域環境プロジェクト NOW

活動レポートはお休みしますが、活動は順調に続けております。

(本山)

袋町公園の美化活動が400回を超えました！

4月に行った活動

袋町公園美化・定期活動、並木通り美化活動

5月、6月の活動予定

- 袋町公園美化活動（公園の清掃と除草、花壇の手入れ・周辺市道の清掃） 活動時間10:00～11:00
★日時&場所：毎週木曜日 10時 袋町公園集合

ホームページ <http://www.cetra.jp/npo/>
AH!公式ブログ <http://ahinfo.blog39.fc2.com/>

——* 会員のみなさまへ!*

☆現在の会員数：正会員 31人 協力会員 31人

☆会員の仲間を募っています。

★正会員1口：5,000円 ☆協力会員1口：1,000円 ※現在キャンペーン中！入会金なんと免除！

「セトラ通信」編集部

〒730-0035 広島市中区本通1-6 ミタキヤビル4F

TEL: (082)545-7611 FAX: (082) 545-7612 e-mail: office-npo@cetra.jp

Copyright (C)2005 NPO CETRA HIROSHIMA All rights reserved.

◆NPO法人セトラひろしまのウェブサイト

<http://www.cetra.jp/npo/>

◆広島市中央部商店街振興組合連合会のサイト

<http://www.chushinren.jp/>

Save the earth

<http://pr.mail.yahoo.co.jp/ondanka/>

—◇NPO法人セトラひろしま◇