

ゆずりは

vol.39
FEB. MAR. 2019

練馬区立リサイクルセンター 発行 平成31年(2019年)1月
発行：練馬リサイクルセンター 編集：練馬リサイクルセンター
練馬区立リサイクルセンターホームページ <https://www.nerima-rc.jp/>



ブーム再来!
エコ de 快適!

布ぞうり



一度履いたら、もう手放せない!

最近、若い世代にも人気の「布ぞうり」です。素足にやさしい履き心地や開放感が、人気の秘密。材料がセットになった手作りキットも販売されており、スリッパに代わる「和」のルームシューズとして注目されています。

春日町リサイクルセンターの「布ぞうり」も毎回抽選になる人気講座。ボランティア講師陣の懇切丁寧な教え方に加え、古くなったシーツや浴衣をリサイクルするので、費用がほとんどかからないという大きな魅力です。この講座は、男性の参加者が多いというのも特色の一つで、性別年代を問わず、布ぞうりファンは増えています。

布ぞうりが本領を発揮するのは夏ですが、このうちに作り方をマスターして、この夏を快適に過ごしませんか。一度履いたら、もう手放せない! 魅力満載の布ぞうりです。

布ぞうりの魅力TOP10

- | | |
|--|--|
| 01 古布をリサイクルしてエコ
使い古したシーツや浴衣など綿100%の古布がオススメです。 | 06 後ろ重心の姿勢を矯正
鼻緒を足指で挟むことで重心が前に傾き、後ろ重心の姿勢を矯正。 |
| 02 快適な履き心地
素足で畳の上を歩くような履き心地。しっかり足になじみます。 | 07 体のバランスを改善
鼻緒を足指で挟むことで体の中心軸がとれて、姿勢や歩き方が改善。 |
| 03 汗を吸い取り爽快
足裏の汗を古布が吸い取ってくれるので、不快感ゼロ! | 08 歩くモップで床掃除
フローリングの床を歩くだけで床がピカピカ! 歩くモップです。 |
| 04 開放感が抜群
足指が開くので開放感も抜群。外反母趾や水虫の方にオススメ。 | 09 歩くときの音がしない
スリッパのパタパタ音が気になる方にもオススメです。 |
| 05 足つぼ効果で冷え対策
編み目の凹凸が適度な刺激になり、血流も代謝も良くなり冷え対策に。 | 10 汚れたら丸洗い
丸洗いでできて、お手入れ簡単。洗うほど足になじんできます。 |

春日町リサイクルセンターの布ぞうり考案者・牧野静江さんの想いを引き継ぐ「ぐるーぶ・工房」

新潟県佐渡島出身の牧野静江さん(春日町在住)は、物心ついた頃からわらじを編んでいました。春日町リサイクルセンター開設当初、ボランティア講師を務めることになった牧野さんは、転倒防止のためにつま先部分を少し反らせた佐渡島独特の技法を取り入れた「布ぞうり」を仲間のボランティア講師に伝えました。それを学んだボランティア講師たちは、区民の皆さまに伝えやすく、さらに分かりやすいように工夫を重ねて、オリジナルの「布ぞうり」を考案しました。

その後、バリエーションとして布あみスリッパやさき織りのスリッパも考案。牧野さんの想いは、「ぐるーぶ・工房」のボランティア講師の皆さんに引き継がれています。ぜひ、春日町リサイクルセンターオリジナルの布ぞうりの作り方をマスターしてください。



牧野 静江さん

「ぐるーぶ・工房」のボランティア講師の皆さん

前列左から、服部てるさん、橋本京子さん、小野塚いずみさん、後列左から、木村辰子さん、飯田幸子さん、岡本至子さん

INFORMATION
【連続】布ぞうり
1回目：3月25日(月) 10:00～12:30
2回目：4月 1日(月) 10:00～15:30

講座の詳細は、裏面をご覧ください。

春日町「布ぞうり」リサイクルセンター DIGEST

■鼻緒の作り方

- 1 中芯用布中央にロープを2本中央を合わせておき、巻き寿司のように巻く。
- 2 針に糸を通し、ロープがずれ動かないように、中央と両端を結び留める。
- 3 中央部を筒状に縫い、両端に切り込みを入れた表布に②の中芯を通す。

■布ぞうりの作り方

- 1 径が違うロープを合わせ、その中央に7cm長さのゴムテープを横巻きし、同様に2枚目も重ねて巻く。その上に布を右方向に巻き付けていく。
- 2 ①のロープを製作台に取り付け、足サイズの3分の2くらいまで編んでいく。鼻緒取り付け用に布を50cm以上残しておく。
- 3 鼻緒のひもを本体に編み込み、②で残した布を編んでいく。
- 4 さらに足サイズまで編み、ロープを製作台の中2本にかけ替え、幅を狭めながら3～4段編む。製作台から外し、ロープを引き締め、形を整える。
- 5 前緒用布2本を本体ロープの出ている箇所から、裏面へ20cm通す。また、径6mmロープ2本も裏面に通す。
- 6 表面の前緒用布を径5mmロープ1本ごとに斜め巻き、テープで留める。2本のロープをしっかりと3巻きより合わせる。それを鼻緒の中央に挟み込み、さらに6巻きより合わせる。
- 7 より合わせたロープをつま先から4cmの中央から裏下裏に通す。裏面も径6mmロープ1本ごとに前緒用布を斜め巻きする。
- 8 ⑥と⑦のロープ4本を1本ごとに上下互いに結び合わせ、ロープや端布の始末をする。

■材料

- ぞうり
 - 用布 古シーツ1枚または解いた浴衣1着分などの古布 ※受講時に製します。
 - ポリエチレンロープ 径5mm×180cm、径6mm×180cmを2本ずつ
 - ゴムテープ 幅5cm×長さ7cmを4枚
- 鼻緒
 - 表布 幅8cm×長さ70cmを2枚
 - ポリエチレンロープ 径5mm×70cmを4本
 - 中芯用布 (フリースなどやわらかい布) 幅15cm×長さ27cmを2枚

W A T C H I N G

関町・豊玉・大泉でも「布ぞうり講座」絶賛開催中!

布ぞうりは、区内4か所のリサイクルセンターの人気講座です。他3センターの講座の様子をご紹介します。

関町リサイクルセンター

「素足に快適! 布ぞうり作り」

自分の手を使いながら、布ぞうりができていく過程を楽しむことができました。

ずっと興味があった布ぞうりが完成して大満足です。男性にもオススメです。

豊玉リサイクルセンター

「1日で作る布ぞうり」

古布のリサイクルに最適な講座でした。丁寧に教えていただき感謝です。

お昼を挟んで夢中で作り上げました。念願の布ぞうり、大事に使います。

大泉リサイクルセンター

「布ぞうり作り」

とても分かりやすく教えていただきました。一人で作れるよう復習します。

3回目ですと当選! この布ぞうりは孫へのプレゼントにします。

ねり丸のリサイクルNEWS

練馬区 公式アニメ キャラクター ねり丸の練馬区

豊玉

植物の仕組みと顕微鏡観察

地産地消・春キャベツで料理

春日町

トマト・きゅうり 豆野菜の収穫・クッキング

紙すき体験

平成31年度「こどもクラブ」メンバー募集!

工作や観察、実験などを通じて自然やエコの大切さを学びましょう

練馬区立リサイクルセンターでは、自然やエコについて学ぶ「こどもクラブ」の平成31年度メンバーを募集しています。

スローガンは「楽しく遊んでエコロジー!」。月1回土曜日の午前中に、ボランティア講師が中心となって、工作や観察、実験など、普段の生活ではなかなか体験できないオリジナルのプログラムを展開します。自然やエコの大切さを、楽しみながら学べると大好評。今号では、今年度の活動内容の一部をご紹介します。皆さま、奮って応募ください。

夏野菜カレー作り

開町

空気砲

大泉 玉ねぎ染め

鳥の巣箱作りと森のお話

資格 小学生(新1年生からOK)

参加費 無料(一部材料費あり)

期間 平成31年4月～平成32年3月

活動日 月1回(原則第3土曜日)10:00～12:00 ※8月:4センターお休み、12月:豊玉、大泉お休み

定員 関町・春日町・豊玉・大泉の各リサイクルセンターで20名ずつ

申込 応募者多数の場合は抽選となります。

●往復はがきの場合(申込締切日必着)
①氏名(ふりがな) ②住所 ③電話番号 ④性別 ⑤年齢(新学年) ⑥学校名 ⑦保護者名(ふりがな)を記入のうえ、ご希望のリサイクルセンター(宛先は裏面)まで。

●ホームページの場合
練馬区立リサイクルセンターホームページ <https://www.nerima-rc.jp/>よりご応募ください。

申込開始日 3月1日(金)

申込締切日 3月23日(金)

練馬のエコスポット 第32回 田島山十一ヶ寺

豊島園駅のほど近く、豊島園通りから入った路地の両側に浄土宗の寺院群があります。入口の右側より快楽院、宗福院、假宿院、受用院、称名院、林宗院、左側に仁寿院、迎接院、本性院、得生院、九品院と並び、これら11の寺院の総称が「田島山十一ヶ寺」。参道の奥まで続く植栽のトンネルがあったり、白い砂利と岩石を巧みに組み合わせ、水の流れを再現した塔や庵などの小院(院)でした。誓願寺は大正12(1923)年の関東大震災後、都市計画の都合により多磨霊園前に移転して手入れされている様子が見られます。各寺院の山門は参詣を促すように開かれているので、もう一歩足を踏み入れてみましょう。願いが成就した際に蕎麦を供える言い伝えがある九品院の蕎麦喰地蔵尊、傍らには蕎麦を食べながら楽しそうに語る石像も。假宿院には腹帯阿彌陀像を囲む六地藏尊、本性院には木製の二体の仁王像…寺院それぞれの異なる風情もまた楽しいものです。

これら寺院は、かつて

小田原から浅草へ移転した田島山誓願寺の塔頭(たつちゅう: 祖師や門徒高僧の死後その弟子が師の徳を慕って、大寺・名刹に寄り添って建てた塔や庵などの小院)でした。誓願寺は大正12(1923)年の関東大震災後、都市計画の都合により多磨霊園前に移転。塔頭のうち、11の寺院が練馬へと移ってきたのです。路地の突き当たりには三界萬壺塔、その奥には各寺院の墓地もあります。書道家、篆刻の名人として有名な池永道雲や本堂字者として名高い小野蘭山の墓をはじめ、歌舞伎の名優初代澤村宗十郎の墓もあります。

静寂感漂う異空間に身を置けば、気持ちが和んでいくのが分かります。参詣するもよし、散策するもよし、11の寺院の魅力を存分に楽しみください。

① 練馬区練馬4-25、4-26 都営大江戸線・西武池袋線「豊島園駅」から徒歩2分

取材・原稿 ゆずりは取材グループ

