

北汲沢地区だより

ねむのき

第114号 発行日 2024年1月1日

発行 北汲沢連合町内会、北汲沢地区社会福祉協議会

～傘下の5町会 元気に今年も～

年末統一パトロール実施！

北汲沢連合町内会恒例の年末統一パトロールは、12月25日～29日の5日間全町内会で実施し、各地域拠点に『のぼり旗』130本を設置し、安全・安心なまちづくりをPRすることができました。今年も印刷が年内のため、実施状況だけです。



各町内会の活動実施内容！-1

<東明東町内会>

防災訓練

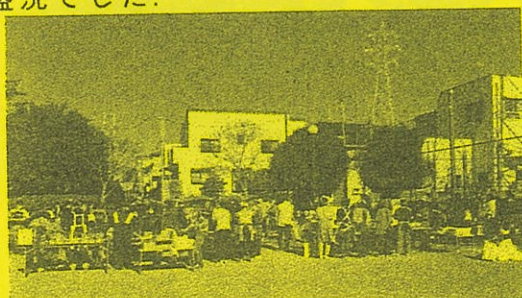
今年も何となくコロナに引きずられた1年でした。各種のイベントも大半が中止のなか、町内会では10月22日(日)消防署・消防団の皆様のご協力を得て防災訓練を実施しました。33名の参加者は曇り空の中、放水訓練、消火器の放射、AEDの取扱い等熱心に対応していました。それぞれの訓練はビデオによる解説を聞きながら順次展開し、参加者もこれまでに疑問に思っていたことを確認しながら納得して終了しました。



<新生自治会>

4年振りの餅つき大会

12月17日(日)に4年振りの餅つき大会を行いました。自治会員のボランティアの方も大勢参加し、餅つきの他、豚汁、チョコバナナ、調理餅、赤飯などの販売を行い大盛況でした。



<東明西町内会>

ごみ集積所の再点検実施

各組に設置してあるごみ処理ネットボックスおよび集積場所の再点検等を優先的に組長さん調査を依頼し、改善していく場所の調査・点検を年末パトロール実施時の25日から実施期間中に行います。今期最後の事業活動として取り組み、改善場所を点検し、改善場所がある場合は今期中に完成する予定です。

<六郎丸町内会>

5年振りの運動会

10月29日(日)5年振りに運動会を開催しました。時勢により飲食を伴わず規模を縮小したミニ運動会と銘打つての大会となりました。生憎の雨天となり屋内での開催となりましたが、大勢の会員の皆様に参加いただき、久方の会員相互の親睦と交流を深めることが出来たのではと考えています。

次年度はミニが取れ、大運動会が開催できる事を願いつつ準備を進めて参ります。

今後とも、六郎丸町内会にご期待下さい。



各町内会の活動実施内容！-2

<富士見町内会>

文化祭報告

11月11日(土)、12日(日) 会館1階で文化祭を開催した。会員の延べ33名の方から、植木・盆栽、絵画、パッチワーク、服、工作・工芸品を出品いただき、鑑賞者で賑わった。小学生の絵画、写真、工作の出品があり、昨年の4名から6名に増加した。今年はレザークラフトの三角コインケース・ストラップの出品があり、その場で三角コインケースを9名の方に作って頂いた。

来年も別の工芸品作成の体験に期待したい。

12日(日)は、会館2階でお茶会を開催した。32名の方に美味しいお茶とお菓子を振舞っていただいた。お茶会担当の先生と、お手伝いのボランティアの方が上手く連携していただき感謝！



ミニボトル水族館作り

10月29日(日) 会館1階で4名の小学生、大人の参加で開催した。土や水の入れ方、水換えの仕方などを講習した。最後に入れたメダカ1匹に、『可愛い！』と笑顔がこぼれていた。

グランドゴルフ大会

11月19日(日) 汲沢小学校校庭にて、9名の参加にて開催。3ホールの合計で競い、1~3等賞、ハイスコア、プービー、ホールインワンを表彰した。高齢者の方から8つのホールインワンが出て、日頃の練習の成果に盛り上がった。

4年振りの大運動会

9月25日(日) 汲沢小学校で4年ぶりに富士見町内会大運動会を開催した。ブロック役員からの提案で午前中での開催を目指し、過去：19種目⇒今回：16種目とし、何とか8:30~12:30で終了する事が出来た。富士見の大運動会の恒例である『わが町の防災員』『混成リレー』や、子ども達に好評の『さかな釣り競争』『パン喰い競争』『未就学児競争』『ジャンケンリレー』が復活した。会員の高齢化にも伴い、参加世帯39戸、参加者79名と4年前よりは-20%となったが、未就学児や小学生・中学生の世帯やブロック役員、ボランティアの皆さんのご協力で盛り上がった。未就学児や低学年生は初めての、高学年生は久々の町内会の運動会で、沢山の賞品を貰って大喜びだった。



最後は福引で、参加世帯全体に賞品が行き渡った。

青少年指導員「さつま芋収穫体験」！

10月1日(日)に汲沢中学校近くの畑でさつま芋収穫体験を行ないました。

昨年に引続き2回目の開催で、お手伝いのメンバーを含め94名の参加でした。

今年も5月に作付けをして大切に育ててきたさつま芋、子供たちにとって本当に楽しい体験です！泥まみれの手で大きなさつま芋を掘り出すたびに子供たちの笑顔が大きくはじけました。



地域の耳寄りなはなし



～生活のヒント～

転ばないために！！

“高齢者は転びやすい”と、よく言われますが、そうならないためにも、お天気の良い日は、日光を浴びてこまめに体を動かしながら近くを散歩しましょう。よく見ていると、家の周りにも最初は押し車を使っていた方が、ある日見かけると体を支える車なしに自分の物だけを持って歩いていたりします。いくつになっても自分の事は自分で……という信念で頑張ってみませんか。



短歌を作る楽しみ・・第19回

参拝を待つ間に山門 仰ぎたり
彫刻龍の のたりて睨む

令和6年辰年12支のうち唯一の想像上の動物、今年は^{きのえたつ}甲辰活気のあるふれる芽吹きのある年であるとか、世界の平和を祈る正月である。



(東明西町内会 佐々木 つね氏投稿)

短歌投稿・・第6回

目にしみる 若葉が雨に うたれいる
明日は手術日 晴れますように

おぼろなる 意識の中に 吾を呼ぶ
白衣の医師と 娘の顔ゆらぐ

病院の 窓過ぐる雲 光りつつ
金魚売る声 曳きて消えゆく

退院を告げいる医師も 吾も笑みぬ
つつじの花の こぼれ咲く日に

(新生会 柿本 里子氏投稿)

俳句投稿・・第16回

川音に 和して小揺るぎ 寒桜

小さな流れに小さな滝の音を立てて里の流れをゆるやかにして、明したの寒桜を揺りさます。村の密やかな佇まい。

しばらくは 初雪に傘 おしみけり

静かに降る今年の初めての雪は、ほっとした心の安らぎを伴います。そして明日の夢を育ててくれます



(新生自治会 町田 秋泉氏投稿)

地域雑感投稿・・第8回

枯れ枝に
小鳥の残した
ぶどうが

^{しな}萎びて

風にゆれている
我同じと老人の愚痴



情報コーナー

北汲沢連合町内会の冬の行事

- 「犯罪のないまちづくり事業」助成金を活用し、年末年始特別警戒中「ノボリ旗」20枚、ポール20本を追加発注し各町内会に配布。例年通り、連合町内会内の約130カ所に設置中。
- 年末恒例の統一年末防犯対策パトロールは、12/25(月)～29(金)に、各町内会で実施予定。
- 防犯講習会は、戸塚警察署と検討し開催予定日24年2月21日(水)10時(場所) 東明倶楽部1階会議室(内容) 「特殊詐欺防止について」
- 汲沢中学校での交流授業については、指導者の高齢化にともない、**中止**と決定。来年度は、本授業の実施に向けて早い時期から検討を予定。
- 統一防災訓練 1月28(日)に開催予定であったが、踊場公園工事中のため**中止**と決定。

～ジャーネーの法則～

『もうお正月よ？早いわねー！』というのがこの時期の会話の定型文となっていないですか？一年が早く感じることを『ジャーネーの法則』と言い、人生のある時期に感じる時間の長さは年齢の逆数に比例するというもの。簡単に言えば、年齢を重ねるにつれて自分の人生における『1年』が短く、時間が早く過ぎるように感じるということなのです。

子供の頃は毎日が初めての事ばかりで新しい経験や学びがあるものですが、大人になると既に知っていることやものが増えますね。仕事や生活の中で同じことを繰り返すことに脳が慣れると、記憶に残りにくくあっという間に時が過ぎたという感覚に陥りやすいのです。新しい刺激や変化を取り入れ、より充実した毎日を送ることは体と心の活性に繋がります。

そして新しいことは案外身近なところにもあるものです。日々のルーティンを少し変えてみる
こと、それもまた新たな冒険の始まりです。



ねむのき編集委員会区より表彰

ねむのきは平成11年(1999年)1月号から発行開始。今年で24年間地域の広報誌として全戸配布してきました。当初は、印刷屋に依頼してました。印刷はきれいですが、費用が高いため、パソコンを使い経費節減と自由裁量で編集できるため便利になりました。その後、年4回地区社協がケアプラザで印刷し今回地域広報誌として区から評価されました。その間各地域の多くの編集委員のお陰で記事が出来てます。



編集後記

明けましておめでとうございます。昨年はようやくマスクなしで外出や4年振りの地域活動が安心して出来るようになりました。

夏祭り、運動会、餅つき大会など子供たちの楽しい声が響き渡りました。

元気な高齢者の多いこの地域は、散歩されてる方も多くなり、以前の地域に戻った感じで一安心です。今年辰年、元気に跳ね上がって地域の人々と交流を増やして、衰えた足腰の筋肉を鍛えましょう。

インフルエンザの流行を追わないように、人生100年を目指しましょう。



広報誌「ねむのき」は、永年の地域への広報活動に貢献したことが認められ、戸塚区社会福祉大会で表彰されました。

今年も、各地域の活動状況などを中心に、生活に密着した身近な話題をテーマにした記事を掲載した編集していきます。

加藤 邦雄 小上 ふぢい 駒口 秀紀
林 理恵 岩田 吉隆

北汲沢地区 健民祭

ウォーキングで心も健康、楽しく歩こう！

ウォーキングは一番手軽な有酸素運動、生活習慣病や認知症の予防、ダイエットの効果があると言われていています。また1日30分日光を分かってきました。「百利あって一害なし」のウォーキング！皆さん続けてみませんか。

北汲沢連合町内会主催の第25回「健民祭」が4年振りに10月22日（日）、総勢162名の参加を得て、開催された。

今年は、⇒東原丁字路⇒鳥が丘南側信号(右折)⇒鳥が丘第二公園⇒県立上矢部高校グラウンド側⇒上矢部地区センター(トイレ休憩チェックポイント)⇒領家二丁目信号⇒領家三丁目公園⇒領家四丁目公園⇒領家中学校⇒エヴァホール戸塚脇⇒中田さちが丘線⇒東原丁字路⇒踊場公園下⇒壺町ヶ谷公園(ゴルフ)の約5.7kmを2時間20分、約12,000歩のコース。当日は、雲一つない晴天で全員完歩出来た。スポーツ推進委員、青少年指導員が、当日のコース先導、交通整理を担当。

ウォーキング終了後、おにぎり2個とお茶を配布。國本区長、区役所3名、3中高等学校、汲沢ケアプラザ、区社協、踊場ログハウス、2地区連合の来賓の皆様にご挨拶いただいた！汲沢中は吹奏楽部の演奏を披露。演奏のレベルはどんどん上がっていて、汲沢中父兄の皆さんも聞きほれていた。又、Vメイト6名がウォーキングに参加、5名と先生方も会場設営等で協力。恒例の赤い羽根募金、子ども達に好評のゲーム大会は連合・地区社協がグラウンドゴルフを、最後の福引は消費生活推進委員が担当した。皆さんのご協力に、感謝！感謝！来年も宜しくお願いします！



保健活動推進員「知って得する健康講座」開催

10月11日（水）午後2時から新生会館で16名が参加して、4年振りに「知って得する健康講座」を開催しました。この数年コロナウイルスに振り回される毎日でした。現在では5類の扱いとなり、私達の日々の予防意識も薄れてきています。そこで今一度、日頃の意識を見直す意味を込めて、『感染症の予防』と題し、講師には戸塚区保健師の児玉 美紀さんに登壇頂き、感染症予防について振り返っていただきました。

保健師の目から見るとやはり、現在コロナウイルス感染が低退している状況というのは、多くの皆さんがワクチン接種を進め、予防に努めたことが大きそうです。最近インフルエンザが流行しています。例年に比べて3ヶ月も早い流行だそうです。

コロナウイルスによって身につけた感染症予防を思い出し、インフルエンザについても乗り越えましょう。

『手洗い』、『換気』、『マスク』が私たちの身を守るのです。

(保健活動推進員会 落合清子)

