

せいわだいにゆ〜す

愛する心をつないで 誇れるまちにしよう

発行 地縁法人 清和台自治会 〒666-0143 川西市清和台西2-1-83 TEL799-1306 FAX799-4104
HP <http://seiwadai.net/> E-Mail seiwadai1306@clock.ocn.ne.jp
自治会事務局(第2自治会館) 業務時間 平日 9時〜16時 土曜 9時〜12時 日・祝日-休館

第51回 定時総会

4月17日に予定していた定時総会はコロナウイルス感染症防止の観点から、「書面表決」とさせていただきますました。(3月号で紹介) 4月9日の新旧部長会で審議承認された「定時総会議案書」を会則に定める総会構成員346名に配布しました。

締切日の4月17日までに302名より「書面表決書」が提出され、総会成立条件の過半数を得て、総会は成立しました。

これを受け、選挙管理委員会は4月18日に書面表決書の賛成・反対の集計および第5地区副会長選挙の投票集計を公正な第三者として清和台公民館長の立ち会いのもと実施しました。

結果、報告事項および次に示します第5地区副会長選挙以外の議案事項は賛成多数で承認されました。

副会長選挙の結果は、有効投票217名のうち、172名を獲得された黒宮晴留美候補が当選され

ました。

報告及び議案の詳しくは、今号と一緒に配布します「定時総会決定事項」とホームページをご参照ください。

第23回 コミュニティ

定期総会

清和台地区自主防災会総会

4月24日、各々総会を「書面表決」で行い、締切日までに構成員の半数を超える「書面表決書」の提出があり、議案すべてが可決されました。

副会長就任にあたって

第2地区担当

関口 肇

前年度の理事、安全部長に引き続き、今年度副会長に選任いただきました。地区は西1・2丁目の第2地区、事業部は安全部と会館運営部を担当いたします。

この選択の正否は今後2年かけて追求していくこととなりますが、

人生一度きり、後悔を残さぬよう責任を全うしていく所存です。そして当自治会にとり持続可能な成果を創れば本望です。

「一知半解」ではありますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いたします。

第5地区担当

黒宮 晴留美

主人の定年退職を機に、大阪の門真市から清和台に移り住みまして今年で3年目になります。

こちらは緑も多くて四季折々に花が咲き、小鳥たちの声で目が覚めるほど環境が良く、清和台に引越して来られて良かったといつも二人で話しています。

この度、副会長という責務を負う事になり身の引き締まる思いです。未熟な点が多々あるかと思いますが、会員の皆さまのお力添えをいただき精一杯頑張りますので今年一年よろしくお願いたします。

役員会だより(437号)

開催 4月24日

【議題報告事項】

・第51回定時総会関係(1面及び添付総会決定事項参照)

・5月の会議日程

7日(土) 部長会

15日(日) 役員会

・5月の行事予定

15日(日) クリーンアップ

(詳細は回覧参照)

22日(日) 春のハイキング

(既報・掲示ポスター参照)

・資源回収事業について

(下欄参照)

・コミュニティと自主防災会

避難所運営マニュアルの説明

【各部報告】

(総務部)

・3月部長会、役員会、新理事分担内定会の準備、進行

(広報部)

・「せいわだいにゆ〜す」316号発行、HPアップ

・広報板管理

(環境部)

・各公園管理

・資源回収事業 3月度

41・4トン(前年比97%)

(福祉・保健部)

・3月度慶弔関係

結婚 1件 新生児誕生 2件

お悔み 5件

・3月献血活動(4月既報)

(文教部)

・のぼり、横断幕点検 異常なし

(体育部)

・春のハイキング(上欄参照)

(安全部)

・防犯カメラ点検

・交番だより

交通(人身)事故 2件

東4市道 追突 車と車

東1市道 車と自転車

刑法犯罪 2件

オートバイ盗 東4

車両損傷 東5

(会館運営部)

・各会館点検実施

机、備品等の破損修理

施錠忘れ、換気扇消し忘れ

利用者に注意喚起する

・会館清掃担当者に「清掃マニュアル」をもとに説明会実施

エコバッグ
「コミネットバッグ」について

環境部

メーカーより、コロナ禍などが原因で、材料や機械部品不足のため生産が遅れ、受注後約3ヵ月後の納品になると通知がありました。利用者にはご迷惑かけますが、ご理解とご協力をよろしくお願ひします。



新入会員 4月度 4名

資源回収にご協力を!!

4月1日よりゴミ収集日の変更になり、皆さん、まだ市が配布した「ごみの分け方出し方一覧表」を確認しながら出されていると思います。

4月以降のごみステーションを見ると、多くの紙や布資源が市の収集日に出されています。

市のごみ収集に出されると、無駄に市の予算(税金)を使って焼却、埋め立てがなされます。

自治会が実施している資源回収事業に出されると、回収業者からの買取額と市からの報奨金が、年約220万円になります。

自治会では、その資金で、防犯カメラの設置、維持管理、公園草刈り、会員皆さんへのゴミ袋配布などを行います。

また、小中学校PTAでは、子ども達のため有意義に使用されます。

皆さん、資源ごみを出される時は、是非自治会が行っている資源回収日に出されるように、ご理解とご協力をお願いします。

6月度 資源回収カレンダー

新聞紙・雑紙・ダンボール・アルミ缶・衣類

ブロック・地番名	回収日
A 西1、西2-1・4・5・6	2・16日
B1 西2-2・3・7、西3	10・24日
B2 西4、西5	3・17日
C 東1、東2-3・4	13・27日
D 東2-1・2、東3	11・25日
E 東4、東5	4・18日
F 住宅団地、石道、ライオンズM	10・24日

※ 市の回収日ではなく、自治会の回収日に集積場所に出してください

新部長所感

総務部 大森 真美

清和台に住んで20年、この度2度目の総務部長を務めさせていただくことになりました。

総務部は他の部と違って表立った活動はなく、自治会が円滑に回るよう縁の下の力持ち的な存在だと思っております。

ここ数年中止続きだった様々な行事が今年こそ行われることを願いつつ、しっかりサポートしていきたいと思っておりますのでよろしくお願いたします。

広報部 河合 泰教

この度広報部を担当させていただく事になりました。

緑豊かな清和台に住んで24年、一度は地域活動に貢献したいと常々思っていました。広報活動は初体験で、今迄漠然と読み流していた「せいわだいにゆ〜す」がこんなにも幅広く多くの方々が携わって

いたとは知りませんでした。そんな私から身勝手なお願いとは存じますが、是非「にゆ〜す」の隅々にまで目を通してください。

大切な地域情報が一杯詰まっています。そしてみんなでこの愛すべき清和台をより明るく楽しい街にしていきたいと思います。

環境部 合田 雅志

今年度、環境部を担当させていただくことになりました。

清和台に住み10年となります。これまで自治会の行事では、春のクリーンアップ作戦に参加したくらいで、自治会のごことは全く分かっておりませんが、精一杯頑張りますのでよろしくお願いたします。

福祉・保健部 山本 淳子

清和台の37回目の満開の桜を、また愉しむことができました。

そして今年「黒川の桜の森」の春を35年来の友と堪能してまいりました。大切な友人達、知り合いの住む

この町にすこしはお役に立てる一年となりますよう努めたいと思います。

どうぞよろしくお願いたします。

文教部 水本 満里

今年度、文教部長を務めさせていただくことになりました。

前年度の行事はすべて中止となり、今年度の行事も不確定ですが、笑顔で集える日常が戻ることを信じ、文教部の新メンバーの方々と進めていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

体育部 出口 薫

今年度、体育部長を務めることになりました。

体育部の年間行事は、新型コロナにより中止となったため、ほとんどの行事が2年越しの開催となります。今年度も春のハイキングを始め、ウォークラリー・お楽しみ抽選会などを予定しています。

皆さんのコロナ疲れや日頃のストレス解消または息抜きとして、これらの行事が役立つよう部員6名で取り組んでいく所存です。

なお、諸先輩方には引き続きご指導ご協力の程よろしくお願いたします。

安全部 白杵 和代

今年度、安全部長を担当させていただくことになりました。

長くこの地で安全に快適に暮らしていたことに改めて意識できました。

何分、不慣れなことで、皆さんにご迷惑をおかけするかと思いますが、できる限り努力しますので、よろしくお願いたします。

会館運営部 出口 勉

私にとって会館とは会合や行事に使用する集会所のイメージでした。この度会館運営を担当して、それ以外にサークル・教室などで

(次ページへ続く)

(前ページより続く)

多数の人が日常的に利用する施設であると知りました。

これまで丁寧な維持管理されていた建物も築60年を経て、古さや傷みが見受けられます。その中で今後も利用者が安全快適に使用できる施設管理をして、コロナの影響で減少した利用者が回復するような会館運営を目指します。皆さんのご協力をお願いいたします。

青色防犯パトロール

講習会

いつも青色パトへのご理解ご協力をいただき、ありがとうございます。

今年も左記の通り開催します。

日時 6月19日(日)

14時〜15時30分

場所 第4自治会館

パトロール実施者は、3年毎の更新をお願いしています。

初めての方も、是非ご参加いただき、一緒に青パト乗車を始めてみませんか？

福祉だより

認知症カフェ

「ひとやすみカフェ」

日時 5月25日(水)

13時30分〜15時

場所 トナリエ清和台2階

「cafe muku」

参加費 100円

フリーバテイ、スイーツ付

※清和台地域包括支援センター

による「介護相談コーナー」

あります

さんりんしゃ

日時 6月8日(水)

10時〜11時30分

場所 第3自治会館

内容 ハンドメイド(予定)

参加費 不要

対象 未就園児と保護者

福祉講座

「護身技法健康体操」体験

日時 ①6月8日(水)

②6月22日(水)

11時〜12時

場所 第1自治会館

手をつなぎ ところ育てる 福祉の輪・話・和

講師 丸野 俊一
内容 「よろけない身体作り」
「心身の若返り」他

定員 20名 先着順

申込 ぐらしの相談窓口

「こころ」まで

参加費 不要

※運動のできる服装で、上靴、

タオル、飲物持参

ふれあい広場

日時 6月9日(木)

13時30分〜15時

場所 第4自治会館

内容 フルート演奏

飲物は各自ご持参ください

「和」カフェ

日時 6月19日(日)

13時30分〜15時

場所 第1自治会館

参加費 100円

※清和台地域包括支援センター

による「介護相談コーナー」
あります

全ての行事にはマスク着用、
緊急事態宣言時は中止します

ぐらしの相談窓口「こころ」

第2自治会館内

TEL 799-2940

FAX 799-2941



会館だより 追加分

シルバーフォークダンス 花華の会	フォーク ダンス	毎週水曜日 13時〜15時	杉田 フジエ 072-799-3445
---------------------	-------------	------------------	------------------------

コロナ禍で家に居ることが多く心身共に碎けそうですが・・・
少し頑張って、又楽しくステップを踏みたいものです。現在17名
活動中です。若い人たちに少しでも負けない気持ちで。
皆々様方をお待ちしています。一度、是非暖かくなりましたら
見学にいらして下さい。とても楽しい会ですよ。
わからないことがありましたらお電話ください。
参加者 募集中です。

「結婚おめでとう」です

(敬称略)

2月 中村 典子 東4

診察室から II (80)

前号で胃食道逆流症の予防と治療のお話とお知らせしましたが、次号にします。

最近、当院通院中の方から自分の周囲の方の多くは降圧薬を朝食後に服用しているのに、なぜ私は就寝前なのですかと尋ねられ、驚いたので、この話をさせていただきます。

最近、ヨーロッパで、降圧薬を就寝直前に服用すると朝食後に服用した場合に比し、「死亡のリスクを45%、そのうち心筋梗塞や脳卒中などの心血管病による死亡のリスクを56%、虚血性脳卒中（脳梗塞）と脳出血のリスクをそれぞれ46%、71%低下させた」と報告されました。

一部の降圧薬は服用後に尿量が増えるため、眠前内服は困難ですが、この報告のように多くの降圧薬は就寝前に内服すると死亡率が激減するのです。その理由は、早朝高血圧とそれに伴い引き起こされる、脳心血管疾患です。以外とご存じない方が多い

のですが、降圧薬の多くは内服後約2時間で最大の効果を発揮し、その後、効果は減少し、薬によっては半日で効果がなくなります。

もし、7時に起床し、8時に食事を摂り、8時30分にこの種の降圧薬を服用すると、10時30分に血圧は下がりますが、半日後の22時30分からは降圧効果はなくなるため、翌日の起床後から降圧薬内服し、多少効果が出てくる1時間後の9時30分ごろまでは血圧が高いままになります。そのため、7時の起床後から3時間近くは高血圧が続き、脳心血管疾患を惹起してしまいます。

職場高血圧の方が就寝前に降圧薬を内服する必要はありませんが、少なくとも早朝高血圧の方は就寝前に降圧薬を服用した方がよい場合が多いことを知っておいてください。多くの方にとって降圧薬の朝食後の内服は時代遅れです。

次回は胃食道逆流症の予防と治療のお話です。

杉田クリニック 杉田 隆彰

私の故郷

滋賀県甲南市

私は昭和16年7月、大阪市にて生まれました。

第1のふるさととは大阪市ですが、5ヵ月後の12月、真珠湾攻撃から太平洋戦争に突入、父はビルマ（ミャンマー）に出兵、母と6歳上の兄、3人は大阪にいました。空襲があり、危険を感じた母は実家である滋賀県甲南市深川に疎開、私は7歳迄過ごしました。

滋賀県が第2のふるさととなります。甲南市深川は戦争などで泳いだり、土手の桜並木のサクラランボを摘んで食べたり、森に入り、カブト虫やクワガタを捕まえて相撲をとらせて遊ぶ、自然な生活を楽しんでいました。終戦後父は無事で大阪で単身赴任していましたが、住居が決まり私たちを迎えにきてくれました。昭和54年、縁がありまして第3のふるさと、恐らく最後のふる

シロバナウンゼンツツジの公開を終えて

虫生川周辺の自然を守る会

おかげ様で今年も公開ができ6年になります。4月15日～22日迄で800人の方が来られ、観賞していただきました。天気にも恵まれ、花の咲き具合も良く、新緑も相まって、清和台の中にこんな場所があるなんて、と驚かれた方もおられました。

今年は、昨年完成した虫生川沿いを通るルートで一方通行にしました。その道も川のせせらぎが聞けると大変好評でした。

日曜体験会を毎月（1月と8月除く）第2日曜日 9時半～12時迄開催します。是非おいでください。

るさとなるとおもいますが川西市清和台にて家族と共に充実して楽しい老後生活を送りたいと思っています。

東 2 東 功