

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

納涼祭の開催

納涼祭実行委員会

7月30日(日)、中央公園において午後6時30分から午後9時30分まで開催します。(雨天時は中止) 昨年は盆踊りだけの実施でしたが、コロナ感染症が5類に見直されたことも踏まえて、今年は夜店も復活します。

自治会では、恒例の「お楽しみ抽選会」を午後8時15分から会場で実施します。

会員の皆さんには、今月号にはさみ込みました抽選券を抽選箱に入れていただくようお願いいたします。なお、抽選時に会場におられない場合は無効とします。

オーブニングに清和台中学校吹奏楽部の演奏が約30分予定されています。雨が降らないことを願ってやみません。



上期ブロック会議

総務部

6月24日に第1・第2地区、6月25日に第3・第4地区の自治会館で開催。延べ129名の方に参加いただきました。

「地区別ミーティング」では、各地区の課題や自治会への要望など、数多くの貴重なご意見をいただき、ありがとうございます。ご意見に対する自治会としての取り組み方針をまとめ、別途回覧等で報告させていただきます。

地域見守りネットワークでは、民生児童委員、主任児童委員の紹介と活動概要の説明に続き、地域見守りネットワークへの協力依頼、災害時要援護者支援協力の呼びかけがありました。

最後に避難訓練と消火器の取り扱い訓練を行いました。

第5地区は6月17日に団地集会所で開催し、地区別ミーティングでは清和台地域内道路の愛称に関する要望がありました。

なお、日頃気づかれたこと、ご要望・ご意見などありましたら、自治会事務局に連絡ください。

青色パトロール講習会

安全部

6月10日、青パト講習会を開催、川西警察署の田中警部補に講義をいただきました。

青パト実施の更新・新規講習とともに地域の防犯情勢について情報を共有、意識を新たにする有意義な会合となりました。

ご出席の皆さん、ありがとうございます。



おめでとうござります

北海道高校総体 剣道競技出場

本郷 慶 君 (18歳・東1)

8月3日〜6日、十勝で開催

「せいわだいにゆ〜す」

8月号は休刊します

自治会事務局 夏休み

8月11日(金)〜17日(木)

役員会だより (450号)

開催 6月18日

「議題報告事項」

〈会議、行事予定〉



- ・上期ブロック会議開催
- ・納涼祭

(以上1面参照)

- ・川西市防災訓練

11月26日(日)南小学校

- ・敬老のお祝い申込受付

「各部報告」

(総務部)

- ・5月度部長会、役員会の準備、後片付け、議事録作成

(広報部)

- ・「せいわだいにゆ〜す」328号発行、HPアップ
- ・広報板管理

(環境部)

- ・街路樹、公園等の管理
- ・下大畑公園 東屋のテーブルが焦げ穴あき
- ・雨堤公園 一般ゴミ放置

- ・東3、西4に市の緑地より樹木雑草がはみ出し歩行の邪魔に
- ・市公園緑地課に対処依頼
- ・資源回収事業 5月度実績
- ・37・3トン(前年比 83%)

(福祉・保健部)

- ・5月度慶弔関係
- ・結婚 1件 お悔やみ 7件
- ・社協会員会費と日赤社資募集
- 社協会費

○日赤社資

件数 2、278件
金額 710、201円
件数 2、207件
金額 906、433円

ご協力ありがとうございました。

(文教部)

- ・横断幕 全て異常なし
- ・ガジュマル盆栽教室
- ・8月10日(木) 詳細別紙参照

(体育部)

- ・第1回川西市ふれあいスポーツフェスティバル参加
- ・クラブ対抗スポーツ大会参加
- ・春のハイキング実施(6月既報)

(安全部)

- ・防犯カメラ点検
- ・1号基 視認障害 植栽剪定済
- ・7号基 経年劣化により更新手
- ・9号基 HDD交換完了
- ・交番だより
- ・交通(人身)事故 2件
- ・西4市道 車×自転車
- ・西2市道 車×バイク
- ・刑法犯罪 2件
- ・東2 器物破損
- ・東5 暴行
- ・6月特殊詐欺防止キャンペーン実施 参加

(会館運営部)

- ・各自治会館点検、要望、指摘事項の確認と是正
- ・第4自 床板張替え実施
- ・各会館 エアコン点検清掃済
- ・時期調整中

新入会員

6月度

8名



春のスポーツ大会開催

6月17日、清南小グラウンドはモルック、体育館はファミリールドミントンを実施。

モルック競技は子どもチームから高齢者チームまで21チームが参加。ファミリールドミントンは南小の先生方も含め10チームの参加があり梅雨の晴れ間の半日、それぞれが楽しく汗を流しました。次回は皆さん一緒に汗をかいてみませんか？

8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	3・17日
B1 西2-2・3・7、西3	11・25日
B2 西4、西5	4・18日
C 東1、東2-3・4	14・28日
D 東2-1・2、東3	12・26日
E 東4、東5	5・19日
F 住宅団地、石道、ライオンズM	11・25日

※ 市の回収日ではなく、自治会の回収日にゴミステーションに出してください

福祉だより

認知症カフェ

「ひとやすみカフェ」

日時 ① 8月23日(水) 13時30分〜15時
② 9月27日(水)

場所 トナリエ清和台2階 cafe muku

参加費 100円

紅茶、お菓子付き

※清和台地域包括支援センターによる「介護相談」があります

ふれあい広場

日時 ① 8月23日(水) 13時30分〜

場所 友楽園

内容 映画上映

【許されざる者】

出演

バート・ランカスター
オードリー・ヘップバーン

日時 ② 9月7日(木) 13時30分〜

場所 第4自治会館

内容 フラダンス

(ナニフラハンズ)

※飲物は各自ご持参ください

さんりんしゃ

日時 9月13日(水) 10時〜11時30

内容 親子体操又は
ハンドメイド

詳しくは、8月市掲示板を
ご覧ください

対象 未就園児と保護者

※ 参加費無料、予約不要

「和」カフェ

日時 9月17日(日) 13時30分〜15時

場所 第1自治会館

参加費 100円

内容 ヘルマンハープ
(スマイル)

※マスク着用でお願いします
コロナ感染状況により中止に
なる場合があります

くらしの相談窓口「にころ」

第2自治会館内

TEL 799-2940

FAX 799-2941

ラジオ体操のご案内

清和台コミュニティ
子ども会

日時

① 7月24日(月)〜28日(金)

② 8月21日(月)〜25日(金)

①②とも、7時〜約10分

場所 中央公園

朝のすがすがしい空気の中で、
友達と、体操をしましょう!!

認知症になっても安心して暮らせる町に

9月は世界アルツハイマー月
間です。認知症について理解を
深める機会にしませんか?

日時 9月9日(土) 10時〜12時(予定)

場所 トナリエ清和台1階

内容 パネル展示、ミニ講座
介護相談、バーチャル
もぐらたたき、その他
催しも予定しています

参加費 無料

問合せ 清和台地域包括支援
センター

799-6800

プール開放のお知らせ

体育部会

7月21日(金)〜8月3日(木)、
平日午前中のみ両校交互に実施。

(実施日、場所は参加票参照)

参加票は、保護者④が必要で
す。④が無いと入場できません。

地域外に通学の児童は、第2
自治会館に取りに来てください。

子ども会デイキャンプ 一般参加者募集

日時 8月6日(日) 9:30〜15:00
場所 青少年いこいの家(猪名川)
内容 野外炊飯でカレー作り
すいか割り、水遊びなど
対象 小学生とその保護者
参加費 1,000円/1人 保険代込み
定員 5組
申込み 080-7899-6894(田邊)



seiwadai.kodomokai@gmail.com

こんにちはあかちゃん

(敬称略)

3月 藏岡 蒼空
4月 山川 さくら

東4 西2

診察室からII (91) 中性脂肪

採血は早朝空腹時に行っていますが、それは食事の影響を防ぐために、12時間程度絶食した後の採血が勧められているからです。しかし、この方法だと食後高中性脂肪を見逃す可能性があります。通常、中性脂肪は食後5時間程度で最高値になり、その後低下します。

中性脂肪は脂質とブドウ糖から創られるので、糖質と脂肪の組み合わせで上昇しやすいのですが、食後高中性脂肪の遺伝が無い方では、焼肉とお酒をのんでも、食後5時間で200mg/dl程度しか増加しない一方、食後高中性脂肪血症の方では食後5時間で1000mg/dlまで上昇します。

中性脂肪が500mg/dlを超えると血液はドロドロですので、ドロドロ血液の改善のために肝臓は中性脂肪を就寝後に取り込み、その結果、脂肪肝が進行します。

脂肪肝を指摘されている方や軽度でも空腹時中性脂肪が高い方は脂質、糖質の食事

を摂った後の中性脂肪を検査する必要があります。

食後高中性脂肪の対処法は脂質、糖質の組み合わせやアルコールを避け、有酸素運動を1時間以上行うことです。当然、中華料理、焼肉、すき焼き等は要注意です。

もし、そのような食事を避けることができないなら、中性脂肪を下げる薬の内服を考慮する必要がありますが、悪玉コレステロールを下げるスタチンの併用も必要です。それは、中性脂肪が500mg/dlを超えると悪玉コレステロール値は低値になり、過小評価されるからです。

動脈硬化の予防にはスタチンが最も有効なことが分かっており、中性脂肪が500mg/dlを超えていれば、悪玉コレステロールが正常値でもスタチンを内服することが必要です。

次回のお話は脂肪肝です。

杉田クリニック 杉田 隆彰

私の故郷

岐阜県山県市

大阪の十三で生まれた私が2歳から18歳まで過ごしたのは、岐阜市の北にある山県郡伊自良村(現山県市)という山と田んぼしかない田舎です。遊ぶのは裏山で、探検したり秘密基地を作って宝物を隠したり、そんなことばかりしていました。

伊自良の奥には伊自良湖という湖があり、冬はワカサギ釣りが楽しめます。今では「恋人の聖地」に認定されたそう、近くのカフェではピンクラーメンやピンクカレーが食べられます。

伊自良の名物といえば「伊自良大実連柿(いじらおみつるしがき)」。秋になると家の軒先は干された連柿でまるでオレンジ色のカーテンのようになります。私の家でも家で食べる分の干し柿を作っていました。残

念ながら今では作る家が減ってしましい、オレンジ色のカーテンが見られるのも貴重だと思います。

名古屋から車で1時間半程度の距離です。興味を持たれましたら足を運んでみてはいかがでしょうか。

西3 大森 真美

清和台公民館だより

まち山「虫生の森」を探検

日時 8月5日(土)

対象 小学生以上

定員 先着50名

講師 虫生川周辺の自然を守る会の皆さん

仏像鑑賞

日時 8月30日(水)

定員 13時30分〜15時

講師 先着50名

申込み 那須 真裕美氏

798・1280 8月2日 9時から