

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

新理事分担内定会のお知らせ

令和8年度の新理事の皆さんには、自治会各事業部のいずれかで活動いただくこととなります。

この事業部の内定会を次のとおり開催しますので、新理事の皆さんは、必ず出席していただくようお願いいたします。

日時 3月15日(日)10時〜12時
場所 第4自治会館
(9時〜役員会の終了後)



わんぱく祭のお知らせ

実行委員会

日時 3月28日(土)

10時30分〜15時

雨天時は翌日に順延

場所 東池公園

概要 出店および抽選会

詳細は挿み込みチラシを参照してください

第55回定時総会

定時総会は自治会会則の定めにより毎年4月に開催しています。

日時 4月19日(日)10時〜
場所 清和台南小学校体育館
主な議案

- ・令和7年度の事業及び決算報告
- ・新会長の選出、役員人事
- ・令和8年度の事業計画及び予算案 審議

昨年の会則改正により、総会は自治会員であれば全員出席することが出来ます。出席者(議決権行使書・委任状を含め)が過半数に達しなければ、総会不成立となることからご協力をお願いします。

ブロック会議を終えて

総務部

第1〜4地区のブロック会議を2月22・23日の午前・午後
の計4回に分けて開催
しました。

延べ162名の参加
があり、民生委員を交
え各ブロックからの意



見・要望に加え、空き家対策などのご意見を共有することができました。自治会へのご意見、ご要望については、一覧表にまとめて回覧による回答を予定しています。

校区人権啓発推進委員募集

清和台地区における人権啓発(主に小学生を対象とした)活動にご協力いただける方(若干名)を募集します。

問合せ先 委員長 松隈紀文

090-1952-5648

コミュニティだより

第4回 運営委員会(1月12日)

・ウォークラリー 2月1日

訃報

相談役 中村 清秀さんは

2月18日にご逝去されました

同氏は延べ6期12年間会長を務められた他多方面に貢献されました

ご逝去を悼み謹んで
お悔やみ申し上げます

事務所 臨時休館 3月28日(土)

役員会だより

開催 1月18日(478号)/2月15日(479号)

[議題報告事項]

<行事>

- 1月 11日) 防災訓練、19日) 清小「クリーンアップ作戦
- 2月 1日) ウォークラリー、21日) 猪名川クリーン作戦
- 3月 1日) 文教寄席、28日) さくら祭り(予備日29日)

<会議予定>

- 部長会 3/7 (土)
- 4/4 (土)(兼 新旧部長引継ぎ会)
- 役員会 3/15 (日)(新理事分担内定会)(4白)
- 4/19 (日)(清和台南小学校体育館)

<定時総会>

4/19(日) 第55回定時総会(清和台南小学校体育館)

<連絡・話題>

- 令和8年度定時総会(第55回)
- 令和8年度新理事・上期班長選出
- 有償ボランティア内規(案)
- 市の広報掲示板の取り扱いについて
- 第1、第3自治会館 補修
- 選挙管理委員会による公募(会長、副会長、監査役)
- 令和8年度事業計画と予算案
- 街路樹維持管理計画のチラシ全戸配布
- 会員減少について
- 清和大橋北詰近くの産廃物置き場

[各部活動・報告]

(総務部)

- 部長会、役員会:開催、運営、議事録作成(1月度、2月度)

(広報部)

- 「せいわだいにゅ〜す」12月号、1月号発行、2面改訂「自治会活動クローズアップ」掲載開始(12月号〜)
- 自治会HP更新、「せいわだいアルバム」掲載開始
- 広報板管理(6カ所)
- 2月号休刊

(環境部)

公園管理

- 各公園でビニール袋、菓子袋、吸い殻、ペットの糞、テニスボールなどを回収処分、バス停点検・清掃実施

その他

- 東4-四季の小径公園の柵乗り越え、西2-墓地からの落石、東3-緑地の桜や葛等の改善対策、を行政に依頼

資源回収事業実績

(12月) 32.7トン(前年比82.7%) (1月) 25.0トン(前年比 90.7%)

(福祉・保健部)

- 募金集計結果「赤い羽根共同募金」(1961件、622.1千円)「歳末助け合い募金」(1950件、639.2千円)
- 慶弔関係(1月度、2月度報告合計):結婚1件、新生児誕生2件、お悔み14件

(文教部)

- 横断幕点検、結束補修(清小)
- 文教寄席の告知:自治会回覧、ポスター掲示

(体育部)

- 特記事項なし

(安全部)

交通安全

- 1/15 19:00 東4 普乗X自転車 市道
- 刑法犯罪・11/30~12/4 東1、空き巣
- 年末特別パトロール:12月27、28日に実施、子供29名を含む合計123名が参加

(会館運営部)

- 1白:鍵の修理、その他各自治会館とも特に補修なし。諸事務対応

自治会活動クローズアップ③

防犯カメラで守る

清和台の安全

(安全部)

清和台自治会では、地域の安全確保のため、防犯カメラを計13基設置しています。

(川西市も子どもの安全確保と犯罪未然防止のため、両小学校区の通学路などに、それぞれ10台ずつ防犯カメラを設置しています)

★屋外に設置しているため、風雨や紫外線の影響を受けやすく、安全部員が毎月巡回点検を行い、植栽の剪定など可能な作業はボランティアで対応しています。

★専門業者による調整・修理(年4回)も欠かせず、これらの費用に電気代を加えると、年間約20万円(令和6年度)のコストがかかっています。

★また機器の更新に、1台あたり30万円以上かかる場合もあります。



★防犯カメラは、昼夜を問わず街を見守り、犯罪・事故の状況や不審者を記録しています。その働きが地域の安全を支えています。

自治会は、安全で安心な街づくりを進めていきます。今後とも安全部の活動に、ご理解とご協力をお願いします。

福祉だより

認知症カフェ

ひとやすみカフェ

日時 3月25日(水)
13時30分〜15時
場所 トナリ工清和台 2階
cafe muku
参加費 100円
フレバーティー
お菓子付き

「和」カフェ

日時 4月19日(日)
13時30分〜15時
場所 第1自治会館
内容 歌とピアノ
参加費 100円

※両事業共、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 4月2日(木)
13時30分〜
場所 第4自治会館
内容 「星くずタムタム演奏会」
フルート、パーカッション、
オカリナ、ウクレレ他

※飲み物はご持参ください

手をつなぎ ころ育てる 福祉の輪・話・和

さんりんしゃ

日時 4月15日(水)
10時〜11時30分
場所 第3自治会館集合後
消防署(清和台出張所)

内容 消防署見学
対象 未就園児と保護者
※参加費無料、予約不要
※都合により、内容が変更になる場合があります。



※全ての行事でマスク着用を
お願いいたします。
状況により中止になる場合
があります



くすの相談窓口「JINKU」

第2自治会館内

TEL 799-2940
FAX 799-2941
フクシマル

清和台小学校

クリーンアップ作戦

校長 院去 聡

1月19日、クリーンアップ作戦を行いました。

この取り組みは本校児童の代表委員会が、清和台地区の公園をきれいに、と考案企画したもので、今回が3回目となります。



東池公園、上大畑公園など校区内6カ所の公園を掃除しました。地域や保護者の皆様が多く参加し、児童と一緒に清掃していただき、ご協力ありがとうございました。

第39回ウォークラリー大会

体育部会

穏やかな晴天のもと、恒例のウォークラリー大会が2月1日開催されました。

約350名の参加者が清和台内8カ所を巡るスタンラリーと、ゴール後の豚汁も合わせて冬の半日を楽しみました。



猪名川クリーン作戦

環境部

2月21日、9時30分より、自治会、コミュニティ、虫生川周辺の自然を守る会、川西市建設業関係者など80名の参加者があり、ゴルフ橋く多田大橋付近の猪名川河川敷周辺の清掃を行いました。



水道水の水源上流を清掃する事は非常に意義のあることであり、今後多数のご参加をよろしく願います。

新入会員

(敬称略)

木村 清一 西5
三ツ浪 園子 西4
他4名

お悔み

(敬称略)

平田 昌子 東1
村木 恵子 西4
松本 公子 西5

診察室からⅡ（113） 大腸

大腸の主要な機能は食物繊維の発酵と水分及び塩分の吸収で、更に大腸は大腸壁の保護と便通をスムーズにする作用の粘液を分泌します。

大腸内での食物繊維などの分解は大腸菌を始めとする腸内細菌が行いますが、アミノ酸の分解においてアミン類のインドールやスカトールなどが生じ、これらが排泄物の臭いの一因となるため、便臭の強い方はタンパク質摂取を控えることも改善に有効です。

便秘は偏った食生活や運動不足、睡眠不足、ストレスなどが原因で発症しますが、大腸の働き低下も便秘の大きな原因になります。大腸の働きが低下すると、便が腸内に溜まる時間が長くなり、便の水分が多く吸収され、結果として便は硬くなり、スムーズに排泄しにくくなり、便秘となります。実は、高齢者の大腸の働きは若年者の3割程度まで低下しており、そのため加齢にともない便秘を訴える方が増加するのです。

これとは逆に大腸が働きすぎ、十分便の水分を吸収しないうちに便を排出すると下痢に

なります。下痢の病型は他に浸透圧性、分泌性、滲出性（しんしゅつせい）などがあり感染性胃腸炎は滲出性下痢です。

また、腸の働きの異常で引き起こされる病気が過敏性胃腸炎です。一つは、ストレスや極度のプレッシャーなどで自律神経のバランスが乱れた結果、腸が異常な運動を引き起こしているというもの。

そしてもう一つは神経伝達物質「セロトニン」の影響です。精神の安定に関わるセロトニンは約90%が腸内で作られますが、腸内フローラの乱れにより分泌過多を起こしやすく自律神経に悪影響を与えます。ストレスによって、腸のセロトニンが過剰分泌されると腸内のセロトニン受容体と結合し蠕動運動に異常が発生。それにより腸の不快感、腹痛、下痢などを引き起こすとされています。

次回も引き続き大腸のお話です。

杉田クリニック 杉田 隆彰

異文化見聞録

ドイツ編①

レンタカー

ドイツハノーファー市はドイツ北部に位置する市ですが、ここには世界最大級のコンベンションセンターがあり（総面積は清和台とほぼ同じ）、ここを見本市出展のために訪れました。

ここでの開催は、大変規模の大きな開催となり、見本市の開催中は近隣のホテルが満杯・高騰となり、別の場所に宿泊し会場まで通うということになります。（会場からホテルまで約70kmの距離）このため通勤にレンタカーを借りることになりました。

ホテル到着の翌朝レンタカー会社の係がやってきて、手続きを支払いはカードでとなります。日本ではカード決済の場合使用

後に金額確定サインですが、金額欄空白のままサインです。戸惑いますが、当たり前のように処理されるのでそのままです。返却の時は空港まで行き、レンタカー会社に赴くと、なんら事務処理なく箱に鍵を返却するだけで終了そのまま帰国となります。どの様な請求が来るか一抹の不安もありましたが、特に問題はありませんでした。

「追記」

ドイツで車を運転する時、国際免許証を持っていてもドイツは国際自動車連盟に未加入なので、基本的に無免許となります。但し、レンタカーを借りることはできます。現在は少し変わっているようです。

東4 木村 裕

せいわだいアルバム

ホームページ・トピックス欄に
自治会イベントのスナップ写真を掲載しています。

各イベントの雰囲気をご覧ください。



<http://seiwadai.net/>