



## 第10回 部会/合同会議の報告

令和7年1月30日(木) 午後7時～ 神戸地区市民センター  
2階会議室等

出席 36名 欠席 10名



### 1. 小田副会長挨拶

皆さんご寒い中ご参集頂きありがとうございます。今年の節分は2月2日季節の分かれ目ですが、まだまだ寒さが続きそうです。体調管理に気を付けましょう。

### 2. 事業実績報告

- ◆ 健康福祉講座 2/2(日) 44名
- 健康センターはるるの酒徳さん稻垣さんから「健康応援プロジェクト～血管を守ろう」をテーマに講演していただきました。



ご参加頂いた皆さんにコップで水?を一口飲んで頂き「どんな味がしました?」とお聞きし「なんの味もしない?甘い?しおい?」実は0.3%の食塩水(人が塩味を感じるギリギリ)です。しおいと感じられない方は普段の食事にお塩多めかもしれないでちょっと気をつけましょう。」神戸地区の健康カルテから血圧の高い方が神戸地区は松阪市の中でも多い地区。血圧が高いと血管を傷つけてしまいます。塩分取りすぎは高血圧の原因の一つです。食事はバランスよく、塩分を体外に放出する機能があるカリウムの多い野菜や海藻を多くなど楽しく面白く講演して頂きました。



- ◆ 芝桜の維持管理 2/8(土) 11名
- 今シーズン一番の寒波来襲で大変寒い朝、芝桜の苗160株(文字の白色80株、ピンク80株)の補植を行いました。



- ◆ 第二の人生かがやき塾 2/14(金) 9名
- 第一地域包括支援センターの青木さんから「お口の健康教室～口はからだの入口！毎日のちょっとした習慣でからだ元気に～」について講演していただきました。



- ◆ 防災倉庫備蓄品拡充
- 非常食:フリーズドライご飯 200食(保存期間8年間)を購入し神戸地区市民センター内防災倉庫に備蓄。

### 3. これからの事業

#### ☆ 地域環境部会

- ◆ 芝桜の維持管理 3/8(土) 8:30～

#### ☆ 公民館部会

- ◆ 第二の人生かがやき塾 3/14(金)

#### ☆ 広報部会

- ◆ 協議会だよりの発行

- 自治会「なんでも趣味自慢」紹介コーナー  
令和7年2月:大津町 3月:ドミール大津  
● 「神戸の花道」コーナーへ写真投稿ください。

#### ☆ 健康福祉部会

- ◆ ふれあい農園

- 農園利用者の方々との意見交換会 3/16(日)
- 貸し農園4区画(A-7.B-1.B-2.C-2)利用者募集中！  
1区画 年間 2,000円

- ◆ ふれあいウォーキング:芝桜鑑賞会

●第五小芝桜鑑賞ルートの草刈り 3/29(土)

#### 4. 報告/連絡事項

##### ◆ 今後の会議予定

- 第5回役員会議 3/19(水)19:00~
- 3月度部会/合同会議 3/27(木)19:00~

#### ☆自治会なんでも自慢

#### 旭ヶ丘自治会

旭ヶ丘自治会では、以前このコーナーで紹介させていただきました「海会寺」に纏わるエピソードがたいへん有名ですが、同じことを書くわけにいきませんので、地味ではあります、最近のホットで身近な話題を紹介させていただきます。

我が自治会は、急速な高齢化と少子化の影響で世帯数が激減しており、自治会運営にも影響が出ております。どこの自治会も同じ傾向なのかもしれません、将来のことを思うと少し暗くなってしまいます。

しかし、平均年齢は高くとも、世帯数が減少しても、我が自治会は工夫したサークル活動を展開しても元気です。その一例を紹介します。

- ・老人会「茶寿の会」によるカラオケ(毎月、1回以上開催)
  - ・絵手紙のサークル
  - ・手作業でのカバン作り、手芸など
- 高齢者の方中心の自主的なサークル活動を自治会全体で応援しています。

たとえ、子供・若者が少なくなても、旭ヶ丘自治会がある以上、生涯現役社会を目指し、高齢者パワーを思う存分に發揮していけたらと思っています。

#### ☆学校イベント紹介

#### 松阪市立第五小学校

##### 「もうすぐ1年生」一日入学

2月6日(木)に来年度入学予定児童とその保護者を対

象とした「一日入学」を開催しました。はじめに体育館で児童と保護者が、一緒に「とまとーず」さんによる交通安全指導を行っていただき、その後、児童

は、来年度6年生になる5年生が先導され、各教室に分かれて工作やゲームを楽しみ、上級生とのふれあいや教室での活動を体験しました。また、保護者は、体育館で引き続き、保健指導、給食指導等について説明を聴いていただきました。

しっかりと落ち着いて話を聞くことができていた来入児と少し照れながらも優しく振舞う5年生の姿がとても嬉しく、印象的でした。



#### イチョウの木

2月13日(木)、本校のシンボルとも言える運動場の大



イチョウの木の剪定を行っていただきました。当日はとても風が強く寒い日でしたが、理科の学習と関連して4年の児

童全員と、大江公民館長をはじめ、地域の方にも見守っていただきました。樹木医さんから、木のことや手入れをすることの大切さを教えていただき、その後、樹護士さんにロープで木に登っていただき、剪定する様子を実演していただきました。寒い中でしたが、樹木医さんや樹護士さんの仕事に誇りを持ち、木を愛する気持ちに溢れたお話を子どもたちも聴き入っていました。



#### 神戸の花道

☆金剛川 スイセン 2月13日

