

平成二十九年を迎えて

御所野連合町内会

会長 小林 一三

新年明けましておめでとう  
ございます。昨年中は連合  
町内会活動に対し、多大なご  
支援、ご協力を賜り厚くお礼  
申しあげます。

特に御所野学院の存続問  
題、児童の通学路となってい  
る土屋ホームT字路への信  
号機設置要望については多  
くの方々から署名をいただ  
き御所野地域一体となった  
問題解決に向けた団結に大  
きな力を得たところです。今  
後も事業を進めるにあたり、  
皆様から一層のご支援、ご協  
力をお願い致します。

今年の干支は十番目の酉  
(鶏)。鶏は人に時を報せる  
動物です。また、「どり」は  
「とりこむ」と言われ、商売  
などでは縁起の良い干支で  
商売繁盛の年と言われてい  
ます。酉年生まれの方は十二  
支などの考えの話から洞察  
力があり、多くの才能に恵ま  
れ、頭の回転が速く几帳面で  
集中力や持続力があり凝り  
性な反面、こだわりが強い  
で理想やプライドが高く妥

協が苦手と言われておりま  
す。

今年には酉年にあやかり自  
分にとっても気運や有効な  
情報を取り入れ、人生を考え  
るにふさわしい年として、酉  
年の人らしく直感力と行動  
力を見習い、より積極的に活  
動し、実りある一年にしてい  
きたいと考えています。

町内会長研修会の開催

平成二十八年度町内会長  
研修会が11月18日御所野児  
童センターで開催され、秋田  
市福祉保健部の齊藤課長を  
講師に迎え「秋田市における  
エイジフレンドリーシティ  
の実現に向けた取り組み」に  
ついて講和を受けました。

平成二十一年度市長公約  
として構想の推進に着手、二  
十五年度に行動計画策定し  
「高齢になっても地域を支  
える側として活動、活躍でき  
支えが必要となってもその  
人らしく、いきいきと暮らせ  
るまちの実現をめざす」こと  
を目的に策定された、この取  
り組みは、平成三十七年度に  
秋田市の高齢化率が34%を  
超えると推定されている現  
状から早急に取り組む必要

性、高齢者のコミュニティ活  
動の創出や支援事業につい  
て実例を交え説明を受けま  
した。



現在の取り組みとして高  
齢者の外出促進と社会参加、  
生きがいづくり支援として  
の「高齢者コインバス」事業、  
高齢のかたや障害のあるか  
たに優しい取組を継続して  
行う企業が登録する「エイジ  
フレンドリーパートナー」づ  
くりの推進事業が紹介され  
「住んでいてよかった」「ここ  
で歳を重ねていきたい」と思  
える街づくりが一層重要な課  
題と思えた研修会でした。

地域住民も参加し  
御所野学院防災訓練開催

11月9日御所野学院中・高  
の防災訓練が実施され、今回

は、こしよの保育園のお子さ  
んも参加しました。

学院は、災害時の避難所と  
して指定されていることや、  
防災に関する情報共有のた  
め、昨年からの町内会の関係者  
も参加しています。

地震が発生したとの想定  
のもと、学院生は整然と体育  
館に避難し、その後、町内ご  
とに分かれ、町内会の方々と  
地域の危険箇所や災害が発  
生した際の対応について情  
報共有をしました。

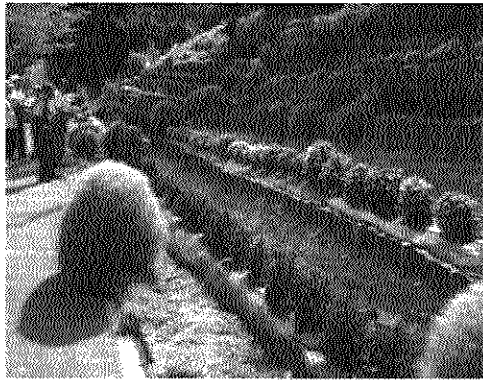
御所野は水害の危険性が  
ない、揺れにくい地盤と、ほ  
んどが新耐震基準の住宅  
であることから、安全な地域  
と考えられています。

しかし父兄が働いている  
ところは？父兄との連絡  
は？災害が発生すれば、地域  
には子どもとお年寄りしか  
いなくなるけれども隣近所  
に小さな子どもや身体の不  
自由な人がいたら？食べる  
ものや飲むものはどうする  
の？住宅設備が老朽化する  
と火災の危険性が増えるけ  
れども火災警報器や消火器  
は？など多くのことを考え  
なければならぬことを共  
有しました。

## 平成二十八年年度 緑化コンクールで優秀賞

平成二十八年年度緑化コンクールで、地蔵田二丁目ななかまどクラブが二年連続受賞しました。

地蔵田二丁目町内会に所属する“ななかまどクラブ”(会長 高橋信男)が団体の部において平成二十八年度秋田市緑化コンクール優秀賞・秋田県花壇コンクール優秀賞を昨年に引き続き受賞しました。個人の部では工藤光子さん(地蔵田二丁目)も秋田市及び秋田県の優秀賞を初めて受賞しました。



ななかまどクラブの受賞対象の花壇は、御所野学院とごしよの保育園の通りを西に進んだ丁字路交差点正面の緑地斜面を利用した花壇(西部ガーデン)と地蔵田二丁

目町内レンガ通りの花壇、そして保育園前の通りの花壇など町内全体的花壇造りが表彰対象となっております。ななかまどクラブの活動は十年、会員数は四十数名で高齢者クラブの活動として、町内・地域の美化、環境向上に取り組んでいます。春になれば、花壇は花の咲き乱れる美しいエリアとなります。是非散策で季節毎に変化する花をお楽しみください。

### スロージョギングで

#### 第二の青春を謳歌

下堤一丁目 山岸重夫

平成二十七年九月一日は私にとつてスロージョギング(以下SJ)と出会った節目の日でありました。以前から地区活動で一緒にした多田さん(元町五)にSJの提唱者の田中先生の講演会(実技指導含む)があるので参加してはと誘われ、お付き合いの気持ちで夫婦で参加したのが始まりです。

田中先生や多田さんのサブリの宣伝?みたいな話に半信半疑でしたが、折角参加したので夫婦でやってみようとスタートしました。それ迄は長年ウォーキングをやっていたんですがSJに切り替えました。その際は主治医にも相談し、心拍数に気をつけて走るようアドバイスを受けました。(狭心症の症状あった為)

元々が健康維持を目的に始めたのですが、走り始めて3ヵ月過ぎ頃から体重が落ち始め、体脂肪や内臓脂肪がどんどん落ちてきました。10ヵ月経過時には夫婦とも結婚当時の体重になり、私の狭心症の症状が消え、家内の冷え性が解消しました。洋服はMサイズとなりましたが、顔と髪は年齢相応です。

七十五歳過ぎてから始めたSJの劇的な効果に感激するとともに(田中先生・多田指導員ごめんない)、この素晴らしいSJを多数の人に知ってほしく、多田指導員の勧めもあり昨年7月指導補助員の資格を取得しました。現在は各地区市民サービスマスター等で多田指導員の補助員としてSJの普及に励んでいます。

私たち夫婦は合計年令百四十五歳ですが、体重計の体年齢は九十七歳迄下がりました。土・日を除く毎日の走りが今は楽しく、食生活にも気配りし筋力がついたことで血流も改善、まさに良いことだらけです。騙されたと思ってぜひSJを始めませんか。土日を除き毎日午前10時からたくさん仲間が、御所野児童センターで走っています。

問合せ先  
GSNスロージョギングクラブ

代表 多田正明さんまで

携帯:〇八〇-一八三〇-〇九一八  
FAX:〇一八-八二六-〇三三七

## 全市一斉除雪デーにご協力を

平成二十九年一月九日全市一斉除雪が行われます。各町内会に協力依頼を發出しておりますが、御所野地区は児童の通学路を重点地域として実施します。

協力頂ける方は各町内会長の指示のもとお願い致します。

開始時間 午前九時  
集合場所

各町内会代表者は小学校正門前  
協力者は各町内会長の指示に

(各町内会での回覧版を参照  
ください)

## 降雪時の除雪・落雪に注意を

御所野地区は区画が整備され緑化が素晴らしく美しい街となっておりますが、冬季は市内中心部と違い降雪量が多く除雪に苦慮する街でもあります。各自が除排雪を頑張っている光景を目にし頭が下がっているのですが、たまに宅地の雪を道路に排雪している方がおりますのでマナーを守ってください。

また、歩道に家屋の屋根から多くの雪が滑り落ちる箇所も多く見受けられます。落雪時に人が歩いていたらと思うと恐ろしい光景になるのでは。各自宅の再点検をお願いすると共に、危険と思われる場合は、雪の滑り止めの対策をお願い致します。