

協和  
会話  
地域の輪

# あきの東

共同発行 松戸市町会・自治会連合会明第2東地区会  
明第2東地区社会福祉協議会

第34号

令和4年7月発行

松戸市町会・自治会連合会明第2東地区会  
明第2東地区社会福祉協議会  
発行責任者 西野 高嶺

松戸市南花島4-63-5  
電話・FAX 047(360)2122  
akira2higashi@matsudo-shakyo.com

明第2東地区は次の町会が含まれています。

南花島第1町会・南花島第2町会・南花島第3町会・南花島第4町会・竹ヶ花第1町会・竹ヶ花第2町会・竹ヶ花西町会

上本郷第1町会・上本郷第2町会・上本郷第3町会・上本郷松郷町会・北松戸町会・

以上12町会、約10,000世帯



ナイスメッシュショット!

# わが町、わが町会

## 上本郷第三町会

### 歴史と伝統文化のまち

上本郷では、240年以上前から続く松戸市無形文化財の獅子舞（写真①）が毎年10月に風早・明治両神社で行われていますが、このうち風早神社は当町会管内の中央部に位置しています。



上本郷地区の三つの町会（第一、第二、第三）は、古くから上本郷連合町会として、役員や会計など一体的に活動していましたが、平成28年4月に松戸市の指導により各町会が単独の会計となり、以降は上本郷第三町会として独自に活動しています。

平成30年に老朽化が進んでいた当町会の集会所である風早会館（写真

②）を新築し、町会活動の新たな拠点としました。

この風早会館については、令和2年以降のコロナ禍にともない一時貸出しを見合わせましたが、現在は大型空気清浄機（写真③）や消毒液等感染防止対策を整え、貸出しを再開しています。

### 町会の活動

町会の特筆すべき活動としては、平成15年頃から防犯パトロールを実施していることです。このパトロールは、松戸市内でも最も早い時期から取り組んでいるもので、会員有志によるパトロール隊を編成し実施しています。現在、総勢43名が登録し、毎月2回程度の夜間防犯パトロールを行っています。

当面の課題としては、コロナ禍の影響が大きく、総会は書面による出席が主となり、会員意見の把握に苦慮していること、毎年11月に実施されていた運動会が実施できないなど、会員全体での交流を深める機会が設けられないなど対応に苦慮していることです。

当町会は、1700世帯と大世帯の町会を15人の役員で運営しておりますが、今後も新型コロナウイルス

イルス感染症の状況を注視しながら、活動を進めて参りたいと考えています。

上本郷第三町会 町会長 平川 克利

### 町会掲示板

#### 【南花島ごとも会会員募集】

南花島ごとも会々々、会員を募集しています。

育成会会長 五十嵐

問合せ先 [yoshinide.iga@gmail.com](mailto:yoshinide.iga@gmail.com)

#### 【消防団員募集】

消防団員を募集しています。

問合せ先 第一分団 分団長 荒川

0600-1909-7955

#### 【パトロール隊員募集】

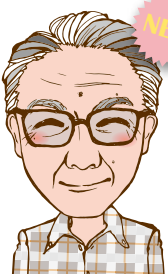
上本郷第三町会ではパトロール隊員を募集しています。

#### 【新任町会長】

令和4年4月、竹ヶ花西町町の町会長が交代しました。

竹ヶ花西町町会

新任町会長 橋本 信男



橋本町会長

『今年度も書面で審議』

## 令和4年度 評議員会

### 明第2東地区社会福祉協議会

令和4年度明第2東地区社会福祉協議会評議員会は4月23日に明市民センターにて開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症防止のため、書面での審議となりました。

令和3年度の事業報告・決算及び監査報告、退任評議員・新任評議員の紹介に続き、令和4年度の事業計画・予算について審議されました。すべての議事は過半数の承認をもって可決されました。

令和4年度も「地域福祉の拠点、役立つ地区社協」の目標を掲げ、地域住民が安心して暮らせるまちづくりを目指し地区社協活動を推進してまいります。当地区社協ではコロナ禍でも感染対策を講じながら徐々に事業を再開しております。皆さまにはご心配をおかけいたしますが、今後

ともご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。

#### 【退任評議員】 (敬称略)

上本郷小学校校長 大原晴子  
寒風台小学校校長 古菅美佐江  
福祉推進経験者 伊原義行  
上本郷第二長寿会会長 増田初枝

#### 【新任評議員】 (敬称略)

上本郷小学校校長 浦上和茂  
寒風台小学校校長 吉田隆  
竹ヶ花西町町会会長 橋本信男

### 第15回親睦 グラウンドゴルフ大会

5月14日は雨のため15日に、松戸市立上本郷第二小学校の校庭で行われました。前日の雨でブルーノの下は大きな水たまりになっていました。

参加人数は53名です。大会は12コース2回戦で

## ふれあい 会食会

『桜見のついで』

「ひさしがり、やっこ会えたね」  
3月29日  
運動公園にて、参加者

50名でお花見会。お外の行事なのでコロナ禍でも今年は開催できました。当日はあいにくの花冷えでしたが、楽しみにしていた皆さんを迎えにくれた満開の桜。

長いまん延防止措置がようやく明けて、近況報告にも花が咲きました。記念写真を撮るために一瞬マスクを外す時「ちょっと恥ずかしいな」お

行われ、ホールインワンもできました。表彰式では男女別に1位から10位まで発表されました。

女性参加者より「体を動かしてグラウンドゴルフの仲間とプレイ出来る一日は最高に楽しい」との感想をいただくことが出来ました。(H・Y)

化粧してないー！そんな照れ隠しの素敵な笑顔です。いつもより短い時間でしたが、再会を堪能しお弁当はお土産に。後日、美味しかったと感想を頂きました。(N・S)



上位入賞者 (敬称略)	
男子	女子
優勝 高野 昭四郎	優勝 榊原 光子
準優勝 佐藤 嘉郎	準優勝 宮沢 京子
3位 吉原 昭夫	3位 橋本 洋子

## いきいきサロン

### 今後の予定

北松戸会場	南花島会場
7月16日(土)	7月2日(土)
9月17日(土)	9月3日(土)
10月15日(土)	10月1日(土)
11月19日(土)	11月5日(土)
12月17日(土)	12月3日(土)
1月21日(土)	1月7日(土)
2月18日(土)	2月4日(土)
3月18日(土)	3月4日(土)

※都合により変更・中止となる場合があります。 1マイル

★参加される方は直接会場へお越しください。各会場とも10時〜 参加費100円

### 今後の予定

7月19日(火)
9月20日(火)
10月18日(火)
11月未定
12月20日(火)
1月17日(火)
2月21日(火)
3月28日(火)

※都合により変更・中止となる場合があります。 1マイル

会場：上本郷第一会館  
★参加要件があります。地区社協へお問い合わせください。

**ボランティア募集中!**  
ふれあい会食会、いきいきサロンでは受付など会場内のお手伝いして下さる方を募集しています。興味のある方は地区社協までお問い合わせください。



# 明ホッ...とタイム

ママさんのための  
リラックスタイム



5月25日、子育て支援の場として上本郷小学校の会場で、コロナ禍の開催により感染に注意しながら参加者5組限定の予約制で行われました。

**大変危険です。**

**子どもの誤飲!!**

中央保健福祉センターの保健師の方に、表題のテーマによりお話がありました。子どもは生活の中で手に触れたものを何でも口に入れるようになり、生後6か月から2歳未満の乳幼児の誤飲による事故が多く報告されています。5歳頃まで成長とともに目線も変わりながら事故が起きます。

たばこ、くすり、化粧品、洗剤類、家庭用殺虫・防虫剤、芳香剤、乾燥・保冷剤、文具、おもちゃ、電池など手の届くところに放置させていませんか？



★毎月一回(水曜日) 時間午前10時~11時30分 詳細は町会掲示板、回覧板でご案内しています。予約が必要です。お問い合わせ・お申し込みは地区社協まで。(M・N)

## 今後の予定

7月27日(水)	上本郷倶楽部(明治神社内)
9月28日(水)	上本郷倶楽部(明治神社内)
10月26日(水)	上本郷小学校
11月30日(水)	上本郷小学校
12月21日(水)	上本郷倶楽部(明治神社内)
1月25日(水)	上本郷倶楽部(明治神社内)
2月22日(水)	上本郷倶楽部(明治神社内)
3月22日(水)	上本郷小学校

※都合により変更・中止となる場合があります。



# わが町の達人

第3回 文化の達人

第3回目は、本覚寺住職の加藤雅章氏を紹介いたします。

**M**：住職と書道教授になったきっかけは？

**K**：本覚寺は古く室町時代から住職がいない庵としてありました。昭和16年、所有者がいない土地は国有地になるというので、国有地にしないうため寺になりました。初代住職の妻が上本郷出身で、当時山梨県身延山にいた父がなり戦後松戸市に came ました。父は書道の名人で多くの子弟を教えていました。大学時代に父が亡くなりましたので、寺と書道を引き継ぎ平成5年庵の堂から寺に新規建立できました。

**M**：秋の松戸市文化祭主催の文化団体会長としての活動は？

**K**：書道は松戸市書道連盟会長となり市書道展委員長、そして文団連会長として20年以上にわたり務めさせていたでいてあります。会員の高齢化、文化の多様化による運営も大変ですが、文化を引き継ぎ発展させたい。

松戸市文化祭には見に来てください。

**M**：日本で一人しかいない免許を持つているとの事ですが？

**K**：囲碁と将棋の免許でアマは最高位が8段です。囲碁と将棋の両方の8段の免許を持っています。なかなか一つでも大変です。きっかけは20年前、第六中学校の50周年の委員長をしたあと、生徒に囲碁の指導を頼まれました。指導者が免許を持たないのは



▲囲碁八段(下)と、将棋八段(上)の免許

まずいと日本棋院・将棋連盟から取得しました。

**M**：今後の目標とアドバイスは？

**K**：常時1~2分間に1回の深く長い腹式呼吸により白髪とのり健康改善。日本古典文学の原文を日本一分かり易

## 達人プロフィール

### 加藤雅章

上本郷本覚寺住職、1944年生まれ、千葉県布教師会会長、松戸市書道展委員長・囲碁愛好会会長、東葛文化祭委員長・現在松戸市文化団体連盟会長・松戸市書道連盟会長・読書会会長・民生委員。(HP:松戸本覚寺・住職書道)



く読める百人一首訳等。父は書の名人、私は迷う方の迷人に成りたいものです。しかしどんな達人でも最初は初心者。それぞれの興味あるものに挑戦しましょう。

**M**：多岐にわたるご活躍。「すごい」の一言です。これからもいろいろな人との交流を通して人としての豊かさを伝えていってほしいと思います。(M・M)



▲ネスレレギュラーコーヒーパッケージデザインの書を加藤雅章氏が、デザインを山本寛齋氏がそれぞれ担当しました。

できごと

弾丸のような勢いで駆け込んできた子どもたち。もうひとりの子が勢い余って砂利を敷き詰めた駐車場にたおれこむ。

しばらく動かない。後を追いかけて飛び込んできた弾丸は、急ブレーキをかけて立ち止まる。一瞥し、大丈夫とみたか直ぐに駆け出した。

缶けりでもしているのだろうか。すぐに勝負の世界に戻って行った。

青空の下、思いつきり体を使って遊ぶ子どもたちの姿。それも7・8人の集団。



紅潮し息を弾ませ、額には光る大粒の汗。

あっという間の出来事だったが、弾けて無心に遊ぶ子どもたちの集団に会えた。感激！

きざし

こうでなくては：明るい清々しい空気が体中を包んだ。

何年ぶりだろう…

身も心も解放された

一瞬だが自由の香り。

至福の時…

こうでなくっちゃ。

行動制限を受けて自粛生活

が身についた私たちの生活。

不自由が普通になった

ような日々…

いつも何かを探していた

ような気がする。

子どもたちの存在は、

いるだけで気持ちが出る

くなり、自然と笑顔になれ

る。無心に遊ぶ子どもの姿

は私たちが勇気づけ、エネ

ルギーを与えてくれる。

子どもの体感が「もう

そろそろ外に出ようよ」

と教えてくれているよう

な気がする。(M・M)



このコーナーでは松戸市社会福祉協議会について紹介をしています。

家事や外出に  
困り事はありませんか？

ふれあいサービスは、高齢や障がいがあることなどで掃除・買い物などの家事や通院でお困りの人（利用会員）にボランティア意識のある市民の人（協力会員）を派遣し、在宅生活を支える会員制のサービスです。

住み慣れた地域で安心して過ごせるように、有償ボランティアを派遣し、その分の謝礼金を協力会員へお支払いしています。（その他入会金や月会費などの経費がかかります）

サービスの利用を希望する場合はまずはお電話ください。担当のコーディネーターが皆さんの困りごとをお伺いし、サービスの説明

シリーズ⑧  
ふれあい  
サービスについて

をいたします。また、ふれあいサービスの担い手となる協力会員も募集しています。担い手になるためには協力会員基礎研修を受講する必要があります。



《活動中の様子》自宅の整理整頓を一緒にお手伝い（左：協力会員 右：利用会員）

【お問い合わせ先】

松戸市社会福祉協議会  
ボランティア推進課  
ふれあいサービス

住所 〒271-0094  
松戸市上矢切 299-1  
電話 047-368-2941  
(平日 8:30～17:00)



詳細はこちら▶

# 高齢者いきいき安心センター

つとごんならな

第9回

「終活」をする人が増えています。終活には不用品等の整理や遺言書の作成、お葬式やお墓の準備など必要になることがたくさんありますが、その中の一つにエンディングノートの作成があります。

## 伝えたいことがありますか？

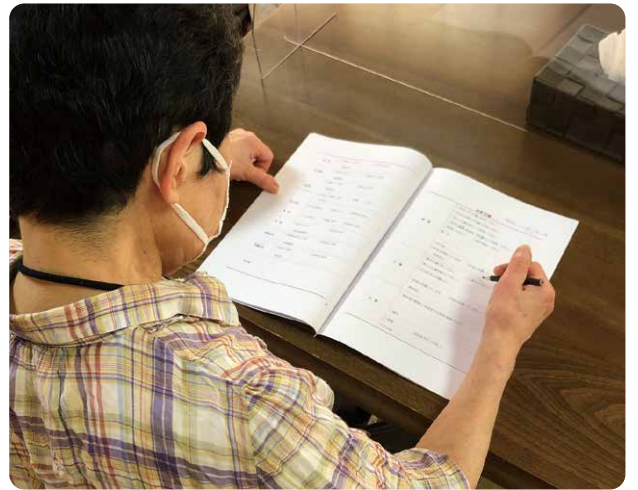
今回はエンディングノートについてのお話です。令和3年12月3日、14日に北松戸会館と明市民センターでエンディングノートの書き方講座を開催しました。合わせて22名の方に参加を頂きました。エンディングノートに記入する上でのポイントについて参加者の皆さんと一つ一つ確認しながらエンディングノートを作

成する準備を行いました。

エンディングノートとは文字通り、自分の人生の終末について記したノートです。万が一に備えて、家族や友人に伝えておきたいことや自分の希望などを書き留めておくためのものです。書店などで色々なものが販売されていますがインターネットから無料で利用できるものもあるようです。もちろん、お手持ちのノートを使用しても問題ありません。書



き残す内容は特に決まりはありませんが、自分の情報を整理しておくことで遺された方が各種手続きを円滑に行うことができ、負担を減らすことができます。エンディング



ノートを書くことは、残された家族のためだけではなく終活をするうえでも役に立ちます。「人生の終わりをどのように迎えたいか」「そのためにやるべきことは何か」ということが明確になっていきます。

ただし、エンディングノートは遺言書と違い、法的効力を持ちませんので相続に関する事項については遺言書を別途作成する必要があります。

エンディングノートを作成することで、これまでの人生を振り返り、ご自身の価値観やご家族・周囲の人への想いなどを整理することが出来ます。また、「自分らしく最期を迎えたい」「子供や親族に迷惑をかけたくない」というお声をよく伺いま

す。そのような希望を実現する第一歩としてまずはエンディングノートの作成に取り組んではいかがでしょうか？

今後も定期的にエンディングノートの書き方講座を開催していく予定です。興味のある方はぜひご参加ください。

## 『オレンジロードプロジェクトに参加しませんか？』

北松戸駅から旧市立病院跡地に向かって走る「とつかえで通り」の一部、明第2東高齢者いきいき安心センター前から明治神社までの街路樹にオレンジ色の花を植える活動を行っています。花の植え付けや水やり・草むしりなど一緒に活動していただけるボランティアを募集しています。

一緒にオレンジ色の花を植え、明2東地区をオレンジ色の花でいっぱいにしてしましよう。興味のある方は高齢者いきいき安心センターまでご連絡ください。よろしくお願い致します。

お問い合わせ先

明第2東高齢者いきいき安心センター  
(地域包括支援センター)  
電話 047(382)6294

# 赤ちゃんの 健やかな成長を 支援します

## 第9回 赤ちゃんの言葉の発達

赤ちゃんが言葉話し始めるのは個人差がありますが1歳前後からです。言葉話す前から赤ちゃんはお話しする準備をしています。日々の生活の中で赤ちゃんのコミュニケーションの力を伸ばしましょう。

### お世話をしながら話しかけましょう

体を動かしたり、笑っている時は脳の働きが活発になるため言葉を覚えやすくなります。着替えやオムツ交換の時に「おてて万歳するよ。」「お尻拭き拭きするよ。」「など話しかけましょう。着替えの時に「お顔通すよ。ばあ。」「と笑わせるのもお勧めです。

### 赤ちゃんの声や指差しに答えましょう

赤ちゃんは自分の発した声や指差しに大人が反応してくれると、自分の気持ちを発信することの楽しさを感じます。また指さしは興味の現れです。「ワンワンだね。」など言葉を添えてあげましょう。

### 電子メディアはなるべく控えましょう

3歳未満の子どもはいくつもの声や音の中から必要な声や音を聞きとる力が未熟です。大人の語りかけが赤ちゃんに届くように電子メディアは使用を控えるか、1日2時間以内を目安にしましょう。

松戸市子ども家庭相談課

母子保健担当室



お問い合わせ先

中央保健福祉センター 電話 047(366)7489

## 健康ワンポイント講座

### ご存じですか? CKDシール

CKD(シーケーディー)とは「慢性腎臓病」のことで、蛋白尿や腎臓の機能の低下など腎臓の異常がみついている状態です。日本では、20歳以上の8人に1人がCKDと推計され、新たな国民病と言われています。加齢により腎臓の機能は低下しますので、高齢になるほどCKDの方が多くなります。

### お薬で腎臓の機能が低下することも...

CKDの患者さんが、複数の医療機関で治療を受けている場合、患者さんの腎臓の状態が共有されていないと、腎臓に負担をかける種類の薬が出される可能性があります。

### CKDシールって何?

そこで松戸市では腎機能が低下した患者さんに関わる複数の医師、薬剤師、患者さん自身が現在の腎臓の状態を認識し、腎機能に応じた適切な対応が可能となるよう「お薬手帳」にCKDシールを貼っています。

腎臓の機能を表す血液検査項目の



▲ eGFRの数値30未満



▲ eGFRの数値30~50未満

CKDシール

eGFR(イージーエフアール)の数値が、60以上であれば正常です。50未満の方はCKDシール対象になりますので、腎臓を守るために市内の調剤薬局でCKDシールを貼ってもらいましょう。CKDの診断に必要なeGFRや尿蛋白は健診で確認できます。定期的に健診や検査を受け、早期発見することが重要です。

松戸市健康推進課 地域保健班

お問い合わせ先

松戸市健康推進課 電話 047(366)7481

# 第14回 健康のための講演会

共催：松戸市健康福祉部健康推進課

## 10月15日(土)

明市民センター2階ホールにて

開場／13:30 開演／14:00

入場無料 ※詳しくは地区社協まで



自分にふさわしい「かかりつけ医療機関」や「主治医」の選び方

皆さん、かかりつけ医療機関や主治医を決めていますか。

受診するたびに医療機関が異なるとその度に検査等をし、医療費の負担が大きくなったり病気の発見が遅れたりすることがあります。

かかりつけ医療機関や主治医を決め病歴、アレルギーの有無、生活環境、家族の既往歴などの情報を一か所へ蓄積しておくことで病気の早期発見、適切な治療やアドバイスを受けることができます。さらに必要に応じて専門医を紹介してもらえらるなどより安心な生活を送ることができるといえます。

では私たちはどのようなようにかかり

# 明第2東地区市民運動会

松戸運動公園にて

## 11月3日(木・祝)

受付／8:00～ 小雨決行。  
開会／8:30～

みんなの笑顔集まれ～！  
広～い陸上競技場で  
思いっきり  
体を動かしましょう！



※申し込みの詳細については町会の回覧板にてお知らせします。お問い合わせは地区社協まで。

つけ医療機関や主治医を選んだらよいのでしょうか。  
先生にお話ししていただきたいと思っています。



講師

プロフィール

松戸市医師会会長  
あおぞら診療所院長

川越正平先生

1991年 東京医科歯科大学医学部卒業  
2004年 あおぞら診療所院長  
2012年 医療法人社団千葉健愛会理事長  
2022年 松戸市医師会会長

## 結婚50年記念祝賀会のお知らせ

明第2東地区社会福祉協議会では、

結婚50年を迎えら

れるご夫妻をお招

きし9月17日(土)

に記念祝賀会を開

催します。



## ありがとうございます

★使用済み切手の寄付を頂きました。

家富毅、石川フサ子、小林洋子、佐

野トモ、清水輝雄、田口徳二、田中

雅子、根元瑞枝、前田一夫、松川正

松本久美子、宮田貞夫、目黒まさ江

山下リツ、吉野光子(敬称略)

★使用済み切手を集めています。お

問い合わせください。

## 車椅子をご利用いただけます

車椅子の貸し出しを致します。期間

は一か月程度です。台数に限りがあり

ますのでお問い合わせください。

## 行事予定について

令和4年度の行事につきましては

新型コロナウイルスの感染状況によ

り、中止となる場合がありますので

ご了承ください。

## 広報部会

- 部会長 染谷 明
- 副部会長 古宮 耕一
- 副部会長 長谷川 勝則
- 根元 瑞枝
- 山本 廣子
- 三島 ムツ子
- 菅原 永子
- 五十嵐 義秀
- 桑原 智子
- 石井 マサ子
- 内田 輝信

## 編集後記

第34号をお読みいただきありがとうございます。わが町、わが町会」の記事を編集しながら、国道六号線をわたった隣り町の歴史と何代にもわたり文化を守ってこられた方々が、どれほど地元を愛され、活動されているのかを知り感動いたしました。この「あきら東」の発行が、引越して来られた方々や子どもたちの地元愛を持つのに少しでもお役に立てればと願っております。  
(T・K)

社会福祉協議会へのアクセスは

便利なQRで!



明第2東  
ホームページ



明第2東  
メールアドレス