

協和 会話 地域の輪

あきと東

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41号

令和8年1月発行

松戸市町会・自治会連合会明第2東地区会

地区長 長谷川 勝則

明第2東地区社会福祉協議会

会長 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



未来への植樹

令和7年6月7日森のホール 21において、第36回全国「みどりの愛護」のつどいが秋篠宮皇嗣同妃両殿下ご臨席のもと開催され、式典において南花島子ども会ソフトボール部が千葉県都市緑化功労者知事表彰を受賞しました。大会を記念して市内19箇所に植樹が行われ、当地区では子ども会清掃活動の拠点となる南花島公園が選定され、11月19日関係者により植樹式が執り行われました。



松戸市町会・自治会連合会
明第2東地区会 地区長
南花島第一町会 町会長
長谷川 勝則

皆様へ、
新年のご挨拶を申し上げます
新年あけましておめでとうござい
ます。令和8年の迎春を謹んでお慶
び申し上げます。旧年中は、地区内
の活動にご指導ご協力を賜り、地域
の皆様とともに、一年間の行事が順
調に実施できましたこと、大変嬉し
く思います。
さて、今年の干支は午年、それも
60年に一度の丙午（ひのえうま）で
す。丙午の年は、「勢いとエネルギー
に満ちて、活動的になる年」と言わ
れています。
本年も、皆様がお互いを支え合
い、安心して暮らせる地域づくりを
目指してまいります。町内会の活動
を通じて、世代を超えた交流が生ま
れ、地域の絆がより一層深まること
を願っております。皆様にとって幸
多き一年になりますよう、心からお
祈り申し上げます。
本年も何卒変わらぬご指導ご協力
を賜りますよう、よろしくお願い申
上げます。

わが町の町会長

上本郷第一町会

町会長 渡邊 仁志
わたなべ ひとし

上本郷第一町会は、北松戸駅周辺から松戸駅方向へJR常磐線を挟んで、東側は国道6号線を越えて上本郷第二小学校へ向かう一帯と、西側は新坂川に挟まれたエリアを範囲とし、会員数は1,500世帯を数えます。

当町会は、従前から第二町会、第三町会と共に上本郷連合町会として活動してきましたが、平成28年に各町会が会計を別とし独立しました。

なお、現在でも合同役員会や総務部会を開催するなど情報交換を行っています。

聞いてみました

Q 出身地や役員の経歴は？

A 私は、生まれも育ちも上本郷で、北部小学校、第六中学校（現上本郷第二小学校）、地元高等学校を卒業し、その後大学に進みました。

町会役員としては、父が長年役員を務めていたこともあり誘いを受け、後に記述する東日本大震災の翌年から連絡部長、その後書記、会計、副会長を経て今年度から会長となります、役員として通算14年になります。

Q お仕事は？

A 松戸市消防局に38年勤務した後、現在は医療関係の会社に勤めています。消防局においては火災、救急等の災害対応に従事したのはもちろんですが、そのうち18年間は建築、危険物、立入検査等の火災予防を担当する部署で「毎日勤務職員」として勤めました。

また、消防局長を拝命してからは、千葉県消防長会の副会長、救急委員会の委員長として県内の行事や会議への出席をはじめ、全国各地で開催される会議や平成28年に愛媛県松山市で開催された全国消防救助技術大会等の行事に出席するなど、忙しい日々を過ごしました。

その中で、印象深い出来事は、平成23年3月に発生した東日本大震災の際に、福島県へ緊急消防援助隊千葉県隊の松戸市部隊の責任者として派遣され、頻発する余震と吾妻連峰

から吹き下ろす寒風の中、福島県消防学校に宿営し活動したことです。消防学校のグラウンドに全国から集結した約120台の救急車が整列している様子は圧巻でした。



Q 町会活動での課題は？

A 各町会共通の課題であると思いますが、役員のなり手不足があります。当町会もしばらく欠員を生じていましたが、この2年間で、初めての女性役員を含む3名の方が役員に加わり11名となりました。今後も役員の拡充を図り、町会活動を充実していきたいと思えます。

町会掲示板

【南花島連合町会】

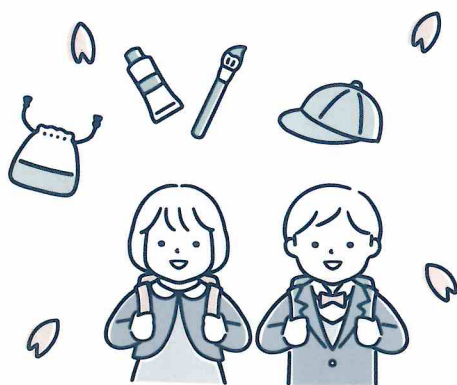
小学校新入学をお祝いして商品券を贈呈しています。

2月上旬の回覧でご案内しますのでネットにてお名前等をお知らせください。

【竹ヶ花西町町会】

小学校に入学した児童に、こども商品券を4月の入学時期に合わせて贈呈します。

4月に申込書を回覧しますのお名前等お知らせください。



南花島第二町会

町会長 小林 康夫 こばやし やすお

南花島第二町会は、南花島二丁目、南花島中町、南花島向町を範囲とします。町内には、子ども達の遊び場として下萩公園、中町公園など複数あり、いつも賑わっています。

町内には約400世帯の町会員がいます。

町会行事として、春に桜を見る会、夏に夕涼みの会を下萩公園で実施して、町会員の交流の場を作っています。

聞いてみました

Q お仕事は？

A 会長になって2年目となりましたが、まだ現役の会社員をしていて、平日の会合になかなか参加できないのが悩みの種です。仕事は、オフィスビルを中心としたビル管理会社に勤めていて、今は、本社で行政機関の対応などの業務をしています。

Q 出身は？

A お隣の葛飾区東立石です。京

成立石駅の昭和の雰囲気でも育ちました。それもあってか、お酒はかなり強いです。

Q 趣味は？

A 長野県信濃町にある野尻湖のナウマンゾウ発掘調査に参加しています。約4万年前の氷河時代にいたナウマンゾウと、それを狩りしていた人の証拠探しをしています。発掘は2年ごとに行われ、毎月その準備をしています。



Q 町会活動のきっかけは？

A 町会の役員になったのは、4年前でした。当時は町会役員のなり手がいなくて、前会長の推薦もあり会計を引き受けました。その後、前会長が松戸から転居されるということで、町会長を引き受け

ることにしました。

会社の労働組合の役員を10年以上やってきました。役員を終えた時に、「次は自治会の役員だよ」とまわりに言われていて、その記憶が残っており、町会役員を引き受けることになりました。

去年、今年と南花島連合町会長を務め、とくに南花島会館のデジタル化を進めております。一昨年は会館にWi-Fiを導入し、去年は各階に大型モニターを設置しました。利用者さんの活動を広げていければと思っています。

町会の活動を知っていただくため、できるだけ情報を開示していきたいと考えています。町会だよりを毎月作成して回覧、掲示をしています。「自治会サポ！」も積極的に使って情報発信をしています。また、Facebookも利用していきたいと考えています。

Q 今後の抱負は？

A 南花島に住んで23年が経ちました。この地区を安心、安全で住んで楽しい街にしたいと思い、日々町会活動をしております。皆さんのご協力をお願いいたします。

【あなたのチカラを消防団に】

消防団員募集

消防団は「自らの地域は自ら守る」の精神のもと、消防防災活動を行っています。

入団条件…松戸市内に居住又は勤務・通学する18歳以上55歳未満の健康な方
問い合わせ…消防総務課
TEL 047-365-1116

【南花島子ども会】

入学・進級お祝い

レクリエーション会

簡単なゲーム、ソフトボール・ドッジ体験等。どなたでもご参加いただけます。

おにいさん、おねえさんと一緒に遊びましょう。

日時…令和8年4月25日(土)
14時～16時

(雨天5月2日)

会場…下萩公園

問い合わせ…育成会 五十嵐

Yosinide.iga@gmail.com



結婚50年 記念祝賀会

苦楽を共に

50年目のありがとう

9月27日明市民センターにて、ご結婚50年を迎えられた10組のご夫妻をお招きして祝賀会が開催されました。式典では松戸市社会福祉協議会常務理事の伊藤さまより、記念品としてフォトフレーム付きの電波時計が



贈られました。「これまでの歩みを写真として残し、これからの時を正確に刻む時計として日々に寄り添う」という意味が込められているそうです。

参加されたご夫妻からのスピーチでは、「言いたいことは溜め込まずに伝える」「干渉しすぎない」といった夫婦円満の秘訣を教えていただきました。また、この機会に初めてパートナーへの感謝の気持ちを言葉にされるといふ、胸を打たれる場面もありました。



祝賀会では「ザ・昭和懐メローズ」の皆さまによる懐かしい名曲の演奏を楽しみました。招待された方の飛び入りもあって大いに盛り上がりしました。
(K・M)

心不全 パндеミック時代

健康のための講演会

10月18日、明市民センターにて開催されました。

千葉西総合病院理学療法士 谷地直樹先生が「知ってる？」

心臓リハビリテーション

〜今日から始める心臓病予防〜
についてお話くださいました。

効果的なのは、適度な運動を続けること。食後1、2時間後に行う有



酸素運動がよいとのこと。会話ができる程度の軽い運動を30分くらい行うとよいそうです。

治療は日々進歩しております。専門家が協調し合って治療を行い効果を上げているとのことでした。

松戸市健康医療部健康推進課 伊藤保健師からは、骨や運動器が衰える「ロコモ」の予防のお話をしていただきました。大事なのは食事・運動です。

簡単な体操も教えていただきました。こまめに動き時々全身を伸ばすことを心がけて100才を目指しましょう。

南花島会館の デジタル環境整備

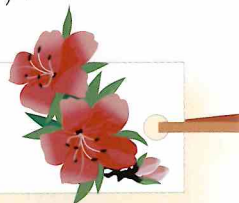
南花島会館は令和6年10月「松戸市町会・自治会活動デジタル化促進補助金」を受けてインターネット接続が可能となりました。併せて南花島連合町会メールアドレス(mina-hana@toei.jp)を開設しました。これにより「新入学児童への記念品進呈」や「新生児誕生祝の記念品進呈」のエントリーがオンラインでできるようになりました。

また、令和7年10月には、前記補助金を受けてモニター(チューナーレスTV)などデジタル関係備品を1階・2階の各会議室に設置しオンライン会議が可能となりました。

今後は、南花島連合町会ホームページの開設などを検討することともに、引き続き町会会員の皆様の声を会館運営に生かしつつ会館の利便性の向上に努めて参ります。



オンライン会議の様子



つぶやき

昨春、庭にさつきを植えました。懇意にしている植木屋の親方に相談し事を進めました。親方は高齢の上、病で体調を崩したという事もあり、後事をご子息に託しこれからは悠々自適な生活を送るところでしたが、最後の仕事だと大層張り切って取り組んでくれました。苗木の選別から植樹時期等綿密に計画し、植樹後も毎日通って、水やりだ追肥だと大切に面倒を見ていただきました。

しかし、去年の夏は異常でした。植えた直後に見事な花を咲かせた木々も、常軌を逸した灼熱の地獄に耐えられず一本、また一本と茶色くなっていきます。同時に親方の病もだんだんと進行し外出もままならない状況に、病床に伏しても植木を心配し、親方の意を汲んだ息子さんが仕事を終えた後に手入れに通ってくれました。

長い夏が終わった頃には植木の大半は枯死し、秋が深まった頃には親方も……。

生死事大 無常迅速
各宜醒覚 慎勿放逸

(各々よろしく醒覚し)
(慎んで放逸することなかれ)

いかに生き、いかに死を迎えるかは人生の大問題。時間はまたたくまに過ぎ去ってしまいます。しっかりと目を覚まししょう。無駄に時を過ごすようなことのないように。
(Y・I)

ふれあい会食会

今日は楽しいふれあい会食会。久しぶりにみなさんにお会いできると早目に集合。

おしゃべりに花が咲きお互いをたわり合う姿も見られました。あたたかく微笑ましい時が流れました。



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。

今後の予定

- 1月20日(火)
- 2月17日(火)
- 3月24日(火)

※都合により変更・中止となる場合があります。

いきいきサロン

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

- 北松戸会館
- 1月17日(土)
- 2月21日(土)
- 3月21日(土)
- 南花島会館
- 1月10日(土)
- 2月7日(土)
- 3月7日(土)

※都合により変更・中止となる場合があります。

明ホッ…とタイム

ママさんのための
リラックスタイム

毎月1回(水曜日)
時間 10時〜11時30分
詳細は町会掲示板でご案内しています。予約が必ず必要です。お問い合わせ・申し込みは地区社協まで。

LINEアプリ
にお友だち登録で
参加申し込みができます。

今後の予定

- 1月28日(水) 上本郷小学校
- 2月25日(水) 上本郷小学校
- 3月18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。

いきいきサロン
ふれあい会食会
明ホッ…とタイム



高齢者いきいき安心センター

ってどんなところ？

第17回

明第2東地域包括支援センターでは、毎年秋頃に認知症予防教室を開催しています。昨年は10月9、10日と11月13、14日の4日間開催し、内容は毎回異なるものを行いました。その中から今回は10月9日に実施した講座をご紹介します。

「聞こえ」について

みなさんは「聞こえ」について意識したことはありませんか？

日常生活を送る中では、家族や友達と会話したり、テレビを見たり、音楽を聴いたり聞こえることが当たり前になっていないと思います。今回は、普段あまり意識せずに生活しがちな「聞こえ」についてのお話です。

聞こえづらい状態になると、ご家族や友人との会話がスムーズにできなくなります。人とのコミュニケーションが極端に少ない状態が続くと、認知機能に影響をもたらすことが分かってきており、聞こえづらい状態は認知症が進む原因とされています。また、必要な音が聞こえず社会生活に影響を及ぼしたり、社会的に孤立するだけ

でなく危険を察知する能力が低下し、危ない状態になることも考えられます。今回、参加者の方に聞こえに関する事前アンケートを実施し、自分の耳の聞こえチェックをしていただきました。聞きとりにくい・伝わりにくい時のひと工夫の方法、生活習慣の改善や難聴の早期発見・早期受診の重要性についてお伝えしました。

聞こえにくさを感じたり、聞こえに不安を感じたら、耳鼻咽喉科医への受診を検討しましょう。専門医から補聴器使用が必要と診断された証明がある方など対象要件はいくつかありますが、松戸市高齢者補聴器購入費用助成制度が利用できる場合があります。制度についての相談やご不明な点がありましたらご連絡ください。



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・047 (382) 6298



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。

シリーズ(15)
子どもささえあいファンド
「キャンプを通じて
心に残る体験を」

年収300万円以下の世帯の子ども

の約3人に1人が、1年を通じて学校外の活動(スポーツや文化芸術活動、自然体験、社会体験、文化的体験)を体験していないと言われています。このように家庭の経済状況などによって、子どもたちが学校外で体験活動をするに経費できない状態を「体験の貧困」といいます。(参考：(公社)チャレンスフォー・チャルドレン 子どもの「体験格差」実態調査(令和5年7月))

体験の貧困はただ子どもたちに悲しい思いをさせてしまうだけではなく、この状態が続くことで学力・発達への影響や将来の選択肢の縮小等につながってしまうと言われています。

しかしながら、日々懸命に仕事や家事、育児をこなしている保護者の方からは「長期休みは仕事をしないといけない」「旅行に行こうと思って、子どもが学校に上がると、大人同様費用がかかってしまう」といった悩みを抱えていると伺いました。

そこで松戸市社会福祉協議会では、子どもたちへの体験提供に寄り添うべく「キャンプを通じて心に残る体験を」を実施いたしました。クラウドファンディングを通じてご協力を呼びかけた結果、108人・団体の方から目標金額を超える寄付をいただき、無事子どもたちをキャンプに招待することができました。

キャンプでは飯盒炊飯やキャンプファイヤーを行い、慣れないことに悪戦苦闘しながらも仲間と協力しながら楽しそうに作業していました。「不安な気持ちもあったけどとっても楽しかった!」「来年も参加したい!」といった感想が挙がるなど、子どもたちにとってかけがえのない思い出をプレゼントすることができました。

松戸市社会福祉協議会では今後も地域のみなさまと一緒に子どもたちに寄り添ってまいります。



お問い合わせ先

松戸市社会福祉協議会
管理課 事業企画班

電話 047 (368) 0928

赤ちゃんの 健やかな成長を 支援します

第16回 赤ちゃんのための防災

日本は地震大国といわれています。地震以外にも、いつ起こるかわからないのが災害です。特に乳幼児がいる家庭は避難に時間と支援を要することが多いです。日頃からの準備の見直しポイントをご紹介しますので、改めて確認やシミュレーションをしてみましょう。

●家の中は安全ですか

お子さんを守るため、家具の転倒防止をしましょう。

●近くの避難所は

どこか知っていますか

下記の二次元コードまたは、市ホームページの「市指定避難場所一覧」から検索できます。

●避難バッグは見直していますか

お子さんの月齢によって、食事やおもちゃ等の持ち出すものが変わります。

避難の際には、母子健康手帳がお子さんたちの様子がわかる手立てとなります。持ち出せるようにしておきましょう。

また、予防接種を受けることも避難所等での感染予防の観点から重要です。

●家族との連絡方法を確認していますか

災害時は電話がつながりにくくなります。最近では携帯電話会社が「災害用伝言板」のサービスを運用しています。使い方を確認しておきましょう。

この内容以外にも、二次元コードから災害に関する情報を確認できます。ぜひご活用ください。



▲松戸市：防災
(妊産婦と赤ちゃんのいる家庭)
ページ下部にあります



▲内閣府：あか
ちゃんとママを
守る防災ノート

松戸市子ども家庭センター

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

●薬局で無料の

糖尿病リスクチェック

糖尿病は、初期症状がほとんどなく、気づかないうちに進行する病気です。糖尿病のリスクに気づくには、血糖値を知ることが大切です。松戸市では、過去1〜2か月の血糖値の状態が分かるHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）を無料で測定する事業を行っています。

◆場所 市内15薬局

◆対象 今年度、健診を受けていない35歳以上の松戸市民（出血性疾患や抗血栓薬・糖尿病に関わる薬を内服中の方は対象外）

◆費用 無料（年度内1回）

◆申込 希望の

薬局へ電話

詳細は市ホームページをご確認

ください。



～血糖値の急上昇を

防ぐためのポイント～

- ①1日3食、同じ時間に食べる
- ②食事に野菜・海藻類を取り入れ、先に食べる

- ③食後1時間を目安に運動をする
- ④筋肉をつける

●基本は1年に1回の健康診断

健診の血液検査では、空腹時血糖、貧血、腎・肝機能、血中脂質等の状態も調べられます。また、身体検査、血圧測定、尿検査等もあります。毎年受診することで、経年的な変化を確認でき、これからの健康生活に生かすことができます。持病などで通院中の方も健診を受けましょう。

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

あなたも

スポーツ推進委員として

活動してみませんか？

一緒にスポーツ推進委員として活動される方を募集中です。

資格や指導経験は問いません。スポーツの普及や振興に熱意のある方、是非一緒に地域を元気にしていきましょう。

スポーツ推進委員

ってどんな人？

スポーツの楽しさを伝え、誰もが気軽にスポーツに親しめる環境をつくるため、各地域でスポーツの推進に努めていくとともに、市が企画した各スポーツ事業への協力も行う非常勤の公務員です（任期2年）。

スポーツ基本法第32条に基づき、各市町村が委嘱します。松戸市では102名（令和7年6月1日現在）のスポーツ推進委員が市内を13地区に分けて、それぞれの地区で活動しています。

詳しくはスポーツ振興課までお問い合わせください。

お問い合わせ先

松戸市文化スポーツ部 スポーツ振興課
電話 047 (703) 0601

明第2東地区 市民運動会

11月9日は雨予報が出ていました。残念ながら予報どおりとなり、市民運動会が開催されて以来初めての雨天中止となりました。パン食い競争、玉入れ、地域対抗リレーなどの恒例競技に出場することを大勢の方が楽しみにされていました。

当日はお足元が悪い中、運動公園までご来場くださいました方々、ありがとうございました。



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1か月程度です。台数に限りがありますので下記にお問い合わせください。

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。

太刀川眞一郎、長谷川勝則、渡辺武久、家富毅、駒悠紀緒、駒美智子、前川京子、櫛田政子、中里奈々子、佐野トモ、大吉三也子、斉藤照夫、杉本洋子（敬称略）

★使用済み切手を集めています。枚数にかかわらず下記にお問い合わせください。

ボランティア募集

明第2東地区社会福祉協議会ではボランティアを募集しています。

①いきいきサロン・ふれあい会食会の高齢者の集いでのお手伝い。

②祝賀会での会場設営・運営のお手伝い。

③運動会などスポーツイベントでの運営のお手伝い。

興味のある方・内容を詳しく知りたい方は下記にお問い合わせください。

広報部会

部会長 染谷 明
副部会長 野々下 力
五十嵐 義秀
栞原 智子
室園 慶介
三島 ムツ子
西野 翠
内田 輝信

編集後記

新年あけましておめでとうございます。昨年来の皆様のご協力により、年の初めに無事に広報紙をお届けできますこと、心より感謝申し上げます。

長谷川地区長の巻頭言にもありましたが、「住民が互いに支え合い、安心して暮らせる地域づくり」を目指し、今年も本紙の一層の充実に努めて参りたいと願っています。これまで同様、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。（M・N）

明第2東社会福祉協議会
へのアクセスは

便利な2次元コードで！



←ホームページ

メールアドレス▶

