

# 武蔵台だより

第356号

|      |               |
|------|---------------|
| 発行   | こま武蔵台自治会      |
|      | ☎982-3904     |
| 編集   | 広報部           |
| 発行部数 | 2,500部(単価47円) |



こま武蔵台自治会会長 柳沢 弘 二

晴れた日には外に出てみませんか！

新年明けましておめでとうございます。皆さんそれぞれが新たな気持ちで新しい年をお迎えのことと存じます。「お年寄りから子育て世代まで、住みたい・住んでみようと思う街づくり」をスローガンに掲げて始まった今年度も余すところ3か月となりました。武蔵台の素晴らしさを積極的に発信し、住民の皆さんが武蔵台に住むことに益々誇りと喜びを感じ、また、武蔵台を外から見ると、この街の評価を高めていただけることを目指しました。

夏祭りでは会場に遠い5丁目、6丁目の皆さんにも、もっともつと祭りに関心を持っていただき、参加してもらったための企画をしました。ミニSLや青空祭りの第2会場は子供たちに大人気でした。大人から子供まで、心から夏祭りを楽しみにしてもらったためには、今後、祭りをどのようにしていくべきか？企画・開催す

る私たち自治会に問われる課題です。10月から移送サービスが始まりました。坂道を歩くことを考え、とかく家にもりがちの方々が、街に出てお互い顔を合わせておしゃべりする。そんな日々の暮らしに向かって少しでも後押しできれば嬉しいことです。

市の政策も追い風となり、皆さんが健康長寿を願う活動する姿が増えてきました。地域の病院の先生や理学療法士の方々が、お祭りや地区体育祭などに積極的に参加いただき、地域とのかかわりを深める活動を志向して頂いています。私たちみんなが健康を考え行動していくための心強い応援です。

ショッピングセンターの商店会や福祉ネット関係者のご尽力で、朝市・ふれあいマルシェがセンター広場で毎週3日曜日開催され定着しました。昨年11月には東京大学の都市工学研

究グループの指導で子どもたちの「こま屋台」ワークショップも行われ、ショッピングセンターがちびっ子たちで賑わいました。また、木綿沢駐車場跡地にコンビニエンスストアが計画され、6月開業に向け動き出しています。

豊かな自然に囲まれ、教育や医療、福祉施設に恵まれた武蔵台は、素晴らしい子育ての環境でもあります。自治会ホームページではこの街の魅力を広く知っていただくために、日々の街情報発信しています。人が行きかき元気な街にしていきたいためには、皆さんが自分のできることから行動することだと思えます。いくつもの種が蒔かれ、その種が芽を出し、花を咲かせるためには、私たち一人一人がこの街を思い・愛し・行動することではないでしょうか。先ずは、晴れた日に外に出て、街の恵まれた環境を楽しみませんか！

## 武蔵台安全祈願新春の集いの開催について

安全対策部部长 田中三千年

自治会の恒例となっています「安全祈願新春の集い」を年初の1月6日(土)の10時から13時頃までの予定でショッピングセンター内広場におきまして開催いたします。ぜひ多くの皆さんのご参加をお待ちしております。この目的は、新春に大人・子どもが一同に集い、地域の安全と皆さんの健康・親睦を深めることにあります。

今年は餅つき、豚汁、たこ焼きを作り試食をして頂きながら、武蔵台囃子連の皆さんによります演技披露等を予定しております。

この行事は高麗駐在所に勤務されていた方の発案で「110番の日」開催の提案があり、現在に至っております。

## 奥むさ駅伝競走

武蔵台・横手台チーム(ゼッケン207)を応援しよう!!

1月28日(日)の新春奥むさし駅伝競走に武蔵台・横手台地区体協チームが出場します。出場選手と応援スポット、通過予測時間は次の通りです。

そば店「茂むら」前、高麗駅前、久保交差点付近(往路1区・9時15分~9時40分、復路6区・10時50分~11時10分) 出場選手  
1区 大石恒司(武蔵台2丁目)、2区 樋田和己(武蔵台病院)、3区 森 国隆(横手2丁目)、4区 瀬戸健人(武蔵台6丁目)、5区 大石哲夫(武蔵台2丁目)、6区 山岸正季(武蔵台病院)。「茂むら」の前の場所では、囃子連も応援に加わります。皆さん、ゼッケン(207)に熱い声援を送ってください。(駅伝チーム監督 桂)

# 平成29年度(11月) 第8回定例役員会報告

平成29年11月18日(土)

午後7時～8時45分  
自治会館2F会議室

## ◆Ⅰ 協議事項◆

- ①平成30年度役員選出について
- ・役員改選と総会までの手順と日程を  
確認
- ・総会に向け29年度活動計画実施結果  
と課題の抽出

## ◆Ⅱ 報告事項◆

- ①移送サービス事業報告
- ・運行実績、実績請求額、サポートセ  
ンター内ネット文庫室の利用検討
- ②自治会館改修工事について
- ・12月中旬から着工し1月末から2月  
初旬に完了引き渡し予定
- ③住民要望と市の対応案件
- ・1丁目アカシア通りT字路カープミ  
ラー一つを年内設置を市より連絡あり
- ・5丁目南側山林境のフェンス腐食部  
の改修
- ④自治会活動と収益事業活動に関す  
る解釈
- 移送サービス、たこ焼販売は収益事業活  
動ではなく自治会活動として対処する
- ⑤公園遊具撤去工事の実施
- 日高市より使用不可判定により  
撤去7、更新2、改修2

- ②地区長からの報告
- ・5丁目桜の木の苦情と処理につい  
て、安全対策部が対応
- ③副会長・事務局、各専門部・専門  
委員会からの報告
- ①会計部
- ・赤い羽根共同募金、733件、  
302,139円
- ②広報部
- ・広報紙「武蔵台だより」1月1日号  
の企画案提示
- ③安全対策部
- ・1月6日(土)安全祈願新春の集い、  
餅つき、たこ焼、とん汁
- ・2丁目駐車違反対策
- ・消火器の取説25か所貼付
- ④環境衛生部
- ・12月3日(日)団地内大掃除
- ・ゴミ袋大小まざるが全戸配布決定
- ・1丁目から3丁目ダストボックス修  
繕に伴う水切り道具配布
- ・ダストボックスへの不法投棄防止警  
告表示
- ⑤文化厚生部
- ・日帰りバス旅行収支と実施報告
- ⑥体育部
- ・11月19日(日)室内ペタンク大会

## ◆Ⅲ 会長・区長報告◆

- ①台小児童下校時の安全見守り体制
- ・個人から地域の制度へ移行、横手台  
と福祉ネット等団体と連携、高齢化  
への対応
- ・武蔵台病院と地域とのかかわり促進

- ・11月19日マルシェ朝市にてこま屋  
台、児童と子ども屋台
- ・木綿沢駐車場跡地、来年6月オーブ  
ンのコンビニ構想
- ②会長・区長の予定
- ・11月19日(日)シヨッピングセンター  
でマルシェ、こま屋台
- ・11月22日(水)区長会視察研修
- ・11月23日(木)日高市社会福祉大会
- ・12月2日(土)高麗区長会
- ・12月8日(金)東大プロジェクト中間  
まとめ会議 以上

# 平成29年度(12月) 第9回定例役員会報告

平成29年12月16日(土)

午後5時30分～6時30分  
自治会館2F会議室

## ◆Ⅰ 協議事項◆

- ①平成30年度役員選出について
- ・役員選出委員会、役員推薦委員会の  
設置会議を実施
- ・来年度に向け役員選出スケジュール  
12月16日スタート
- ②自治会会則第32条の変更
- 地方自治法260条の3にあわせ「日高  
市長の認可を受けなければ、その効力  
を生じない」に変更。総会における議  
決数は現行通りとする。
- 会則第33条の解散については、民法  
改正により「本会の解散は地方自治法

- ③移送サービス事業報告
- ・11月は10月と比較し運行状況変わらず、  
シヨッピングセンターへの移送増加傾向
- ④住民要望と市の対応案件
- ・1丁目アカシア通りT字路カープミ  
ラー設置完了
- ⑤5丁目南側山林境のフェンス腐食部  
の改修 東急不動産の所有、東急と  
調整中
- ④4丁目、7丁目間道路の交通安全対策  
駐在所による1週間の監視、  
道路入口にスクールゾーン標識ペイ  
ントを日高市に検討を依頼

## ◆Ⅱ 報告事項◆

- ①年間の活動報告と次年度活動計画、  
予算案原稿提出 1月19日まで
- ②移送サービス事業報告
- ・11月は10月と比較し運行状況変わらず、  
シヨッピングセンターへの移送増加傾向
- ③住民要望と市の対応案件
- ・1丁目アカシア通りT字路カープミ  
ラー設置完了
- ④5丁目南側山林境のフェンス腐食部  
の改修 東急不動産の所有、東急と  
調整中
- ④4丁目、7丁目間道路の交通安全対策  
駐在所による1週間の監視、  
道路入口にスクールゾーン標識ペイ  
ントを日高市に検討を依頼

### おくやみ

謹んでご冥福を  
お祈り申し上げます

- 永山 露香(97歳) 六十七  
ご逝去日 十一月二日
- 佐々木弘人(83歳) 一十九二十五  
ご逝去日 十月六日
- 富澤 久男(69歳) 一二十一  
ご逝去日 十一月二十五日
- 浅田 幸生(82歳) 二一十五  
ご逝去日 十一月二十六日
- 関根 雪枝(68歳) 三十五十二  
ご逝去日 十一月二十六日

第260条の20の規定によることとする」  
に改定する。

- ③1月6日(土)武蔵台「安全祈願  
新春の集い」の開催について

- ④ 地区長からの報告
  - ・ 3丁目さくら通りのダストボックスの裏への不法投棄
- (3) 副会長・事務局、各専門部・専門委員会からの報告
- ① 会計部
  - ・ 予算執行状況報告と予算作成を各専門部に依頼
- ② 広報部・副会長
  - ・ ホームページの表示一部変更
  - ・ 犬猫の飼い主マナー違反について環境衛生部に回覧を依頼
- ③ 安全対策部
  - ・ 1月6日(土) 安全祈願新春の集いの準備作業と手順確認
  - ・ 12月16日安全対策部会議実施
- ④ 環境衛生部
  - ・ 本年度ダストボックス修理2丁目から3丁目23個完了
  - ・ 来年度ダストボックス床面修理4丁目5丁目
- ⑤ 体育部
  - ・ 1月28日(日) 奥むさし駅伝応援について

◆ 会長・区長報告 ◆

- (1) 台小児童下校時の安全見守り体制  
12月14日台小と打合せ
- (2) 会長・区長の予定
  - ・ 12月21日(木) 福祉ネット会議
  - ・ 1月16日(火) 社協地域福祉懇談会
  - ・ 1月17日(水) 地域ケア会議
  - ・ 1月19日(金) 区長会議

以上

# 自治会館増改築の進捗報告

事務局長 菅野勝利

29年度の自治会事業の中でも大きな項目である自治会館の増改築事業の進捗と見通しについてご報告致します。本事業の起案理由は、29年度の定例総会資料や武蔵台だよりでお知らせしておりますが経年劣化の補修と使い勝手の改善の二つの狙いがあります。

一つ目は、会館は平成5年3200万円で建設され、築後24年間補修されておらず雨漏りや破損が随所に現れており延命には補修が必要と考えられること。二つ目は会館の建設当時に比べ少子高齢化と形容されるように社会背景も変化しており使い勝手もそれに相応しく会員の居場所造りに資するよう一部増改築するのが適当とおもわれること。

上記の意図を込めた事業は、28年度の「自治会館改築検討委員会」の答申を基に、29年度定例総会における承認を得られたことを受けまして、本年度に入り実行に着手致しました。

先ず事業計画費980万円のうち、市の「公会堂等集会施設の整備計画」に対する補助金150万円の活用を可能とするための手続きを4月に行い承認を得ました。

この承認を受けて5月に施工業者である野口建設へ建築確認申請取得のための詳細設計の着手を依頼しました。

6月から8月の間、自治会は夏まつり準備のため会館改築への着手を避けたいことと、施工業者の業務繁忙等で詳細設計作業が9月以降にずれ込みました。設計時の確認申請適合の諸条件をチェックする過程で現自治会館の敷地が県の「崖条例」の適用地に該当するか否かの問題がクローズアップしその検討に時間を要

しました。ちなみに当該地は平成28年度3月の市発行の「日高市土砂災害ハザードマップ」では指摘はない箇所です。

12月に入り建築確認を申請中であります。承認され次第正式契約及び工程図の様に施工着手されて行く予定です。29年度予算での工事完了まで3か月とタイトな日程となっています、従いまして各種工程が並行、重複して進行するスケジュールになります。最も懸念されるのが会員様の会館利用への影響ですが、基本的には工期中でも安全、騒音等の影響と進捗を勘案しながら工区ごとに可能な限り利用いただけるように考えております。

工事は生き物ですので予め利用可能な日にちをお示しできない場合が多々あります、そのような場合は直近に自治会館にご確認ください。工事期間中はご不便をお掛け致しますがご理解を賜りますようお願い申し上げます。新年度には改装なった会館で活動が出来るように致す所存です。

| 項目                | 12月   | 1月    | 2月    |
|-------------------|-------|-------|-------|
| 1 確認申請(日高市)       | 30%支払 |       |       |
| 2 契約(手付金30%)      |       |       |       |
| 3 外側 東外壁剥離確認、モルタル |       | 30%支払 |       |
| 4 屋根、外壁、ベランダ塗装    |       |       |       |
| 5 スロープ、ポーチ        |       |       |       |
| 6 内部 2F壁、天井クロス    |       |       |       |
| 7 網戸、建具調整         |       |       |       |
| 8 和室造作            |       |       |       |
| 9 1F廊下、事務室、和室     |       |       |       |
| 10 増築部 基礎(洋室、玄関)  |       |       |       |
| 11 建方、サッシュ、造作     |       |       |       |
| 12 電気、仕上げ、清掃      |       |       |       |
| 13 完了検査           |       |       | 40%支払 |
| 14 引き渡し(2/10目標)   |       |       |       |

## 武蔵台公民館文化祭の開催・・・自治会はたこ焼模擬店出店で参加

10月14(土)15(日)の両日武蔵台公民館にて行われた文化祭に自治会は標記の模擬店で参加しました。両日も雨で、傘をかざして売店に顔出す人達の数もまばらでした。自治会のみでなく、武蔵台・横手台体育協会、青少年健全育成会、七宝焼きサークル、武蔵台ヘルスメイト、リトルカフェ、手まり、公民館バザーなどの協賛にて模擬店出店となりました。人気のたこ焼は2日間通して300個以上売れました。苦勞された設営や作業協力の役員・ボランティアの皆さんには感謝いたします。

多目的ホールで行われた民踊、お囃子、楽器演奏、コーラス、フラダンス、カラオケなど芸能発表会の他、集会室や学習室で行われ



自治会たこ焼



民踊ハナミズキ



武蔵台囃子連

た各種の文化サークルの発表会がありました。図書コーナーで行われていた、小学生たちの蝶の標本展示は素晴らしく、日和田山での活動採集のみならず、目にも鮮やかなモルフォ蝶はじめ世界の昆虫類の標本展示もありました。

奥武蔵グリーンクラブ



フラサークル・ハイビスカス



太極拳練功同好会

本館2階の休養室で行われた鉄道模型クラブは会場座敷いっぱいのジオラマ展開は、訪れる子どもたちも喜んでいました。その他、手芸や押し花、吊るし飾り、川柳、絵画や書道作品等も大人たちの目を楽しませていました。

2日間の終了時には、雨の中で声を掛け合いながらテントを片付けるそれぞれの役員・作業員達の姿が印象的な公民館の文化祭でした。文化厚生部部長 鳥井章男

## 日帰りバス旅行のご報告 (10/25 実施)

文化厚生部部長  
鳥井章男

3回目となる今年の日帰りバス旅行は、92名参加、大型バス2台で新しく出来た観光スポットの静岡県三島スカイウォークを訪ね、白糸の滝を散策するコースで実施されました。

三島スカイウォークの歩行者専用の日本一長い全長400メートルの大吊橋は、晴れていれば富士山や駿河湾・箱根の山々をのぞむ絶景の地ですが、残念ながら小雨まじりの当日は見晴らし悪くそれらの景観を見ることは出来ませんでした。

三嶋大社では参拝の後、重要文化財の拝殿、本殿や宝物館など、又樹齢1200年といわれる天然記念物のキンモクセイや神鹿園での鹿の姿などを思い思いに見学しました。昼食は沼津グルメ街道の駅にて海鮮市場看板メニューの刺身重「玉手箱」を楽しみ、すぐ近くのジャンボひものセンターで買い物をし、手荷物いっぱいの人達もいました。



その後富士宮市の白糸の滝を訪れました。まず高台から、曾我野五郎、十郎の兄弟が岩陰で父の仇、頼朝重臣の工藤祐経仇討ち談義の最中に滝の音がうるさいので音を止めてくれるよう神に願ったところ音が止んだという「音止めの滝」。滝が豪快に流れる様を見て、次に打って変わったような静かさで高さ20m、幅200mにわたって岩場の陰から何条もの細い糸のように富士の湧水(雪解け水)を流す「白糸の滝」を觀賞しました。

富士宮市の白糸の滝には女性的なイメージがあり、すぐそばの水量・音量ともに力強く男性的な豪快さを持った「音止めの滝」と両方を見ることが出来てその美しさに皆さん感動していました。

帰路の車中では、小唄の合唱などを楽しみ、武蔵台に帰着しました。

## 室内ペタンク大会を開催 体育部部長 皆川泰山

去る11月19日(日)武蔵台公民館多目的ホールで、室内ペタンク大会が開催されました。ペタンクは氷の上で行うカーリングのような競技で、目標となる的に向かって鉄の球を転がし、よりの近い方が勝ちとなるゲームです。相手の球をはじき出すことや、的を移動させることもできます。今回は周知する時間が短かった為20名程の参加でした。

多目的ホールの床は平らで球が転がりやすくコントロールが難しいのではないかと心配しましたが、試合が始まると、皆さん相手の球と自分チームの球の配置を考えて絶妙な場所に転がし、力まかせでなく技を駆使してプレイしていました。結



果、最高齢の方が入ったチームが優勝しました。

さて、武蔵台・横手台地区体協では年度始めから新しい種目の立案などを検討してきました。ペタンクは今まで年に1回の開催でしたが回数を増やすことでおもしろさを知ってもらえるのではないかと思います2回の開催になりました。

今回、お母さんと小学生、幼児のファミリーチームが3位になったことから小さい子どもさんも充分参加できる競技だと分かりました。また2面のコートで行ったため、空きの時間に他の試合観戦が出来るととても盛り上がりました。今後の進行方法の参考にしたいと思っています。来年度は皆さんへの周知を十分に行い、他の団体にも声掛けて広めていこうと思います。



### 様変わりした「第四回カワセみの里ツデー・ウォーキング」に参加して

11月25、26日は「第四回かわせみの里、ツデー・ウォーキング」が開催されました。初日早朝、真っ青な快晴の下で巾着田を7時台にスタートしました。私が参加した初日は17kmコース、2日目は12kmコースです。今期から「SAML、埼玉マーチングリーグ公式大会」としての開催です。前年までと異なり今期結果は他県、国内、その先は海外開催のウォーキング参加資格にもつながる公式行事となります。しかし、この行事は、時間を競うスポーツではなく健康につながる自己啓発行事です。健康のための2日間、時に厳しく、時に家族の皆さんと和気あいのなかで参加するスポーツです。



今期は、お天気にも恵まれて2日間ほぼ快晴の中でのチャレンジ・ウォーキングとなりました。近隣地域のウォーキング好きの方、また、他県での開催ワッペンをリックに付けての世界大会参加資格を目標にしている方もおりました。配布されたマップに通過スタンプを貼り、道路わきの農家が並べた新鮮な野菜を購入する人、JA農協に立寄りする人もおりました。道

中、それぞれ異なるコース・チェックポイント場所ではマップ上に「シール」を貼って、そして最終ゴール地点では「完走シール」を貼ってもらいました。そして、ゴール後は開設ステージでのイベント企画を楽しみながら「高麗鍋」を食するなど休息をとりました。

各コースの別れ道には地元の中学校の生徒さん、消防署員、市職員などのガイドもあり、安心して迷わず無心でゴールを目指すことができました。午後のイベントでは日高市長、日高市議、そしてゲストの飯能市長、2日目は東松山市長からのスピーチ等。地元クラブの太鼓、獅子舞の演舞では、また元気をもらいました。新しく開通した299号線（飯能・台工区）を通過し、紅葉を眺めながら「鹿台橋」を渡り、ゴール巾着田が見えてきました。最後に「完走証」とパスポートに貼る「IDカード」が配られました。日高市が一丸となつての今期の「ツデー・ウォーキング」企画は、近隣地域、他県からの参加メンバーが多い中、盛況の内に幕を閉じました。  
(E・Mさん)

#### 庭

#### リレー随想

二十数年前の五月に自然に囲まれ緑の多い、この地に住むことに決めました。家を探すについてはいろいろと希望がありました。その中のひとつに庭で草花を育てたいという思いがありました。

八月に移り住み、まずは引越しの各手続きを済ませ、待ちに待った庭の手入れを始めた頃には雑草がすっかり伸びきり、蚊も多く、庭木も枝を自由に伸ばしていました。このため草花はプランターに植えることから始めることにし、木や草の手入れに取りかかりました。

春になると『ホトトギス』『ホウチャクソウ』が顔を出し、二・三年後には『雪割草』が一輪咲きました。白い小さな花で日差しを浴びて輝いていました。それ以降は、宿根草が中心の庭になっていきました。少しづつ花を植え、さし木さし芽、株分けで苗を増やし、作っては直しを繰り返し、木を中心に草花が咲く庭ができてきました。これからは、その時の自分に合った無理をしない庭作りを楽しんでいきたいと思っています。

(K・Kさん)

### ツイート広場・つばやき交差点

#### 「30年を過ごしこれからの武蔵台をおもう」

30年ほど前に名古屋市近郊の高蔵寺ニュータウンという、マンモス団地から引っ越してきた。住んでいた5階の窓から見えるのは、見渡す限りコンクリートの建物群であった。それとは対照的な武蔵台の自然豊かな光景が印象的であった。まだ武蔵台中学校はなくて、子供は高麗中学校まで通った。その頃は若い人たちが満ち溢れていた。

現在は高齢者が増え空き家が増えたとあり、すっかり変わってしまった。杖をついてゆっくり歩いている老人や、バスの乗り降りに苦勞する人をしばしば見かける。ただ大鶴巣公園には、毎朝たくさんの小学生が登校のために集合してにぎやかであり、昔を思い出す。

これから人生の最後をここで過ごす人も多いと思う。できるだけ各人が自分の好みにしたがって楽しく暮らしていけたらと思う。そのために地域におけるささやかな助け合いが力になるであろう。ただ、長い人生において経験し感じたことは、いかに人間の考え方や好みにおいて多様であるかということであった。自分の好み考えを押し付けないことが大切と思った。

班長の役自体は、もう無理と思われる人、大掃除に参加する体力がない人が増えるなど、その対策を考える必要があるだろうと班長をしてみ感じた。

(A・Oさん)

わが街・わが地域・わが暮らしの豆知識

毎年自治会夏祭り最後をかざる盆踊りに協力していただいている、民謡ハナミズキ代表である上條洋子さんに同会日常の活動方針と練習について語っていただきました。日常の練習があって初めて夏祭りを盛り上げる盆踊りにつながることがわかります。(広報担当記)



民謡ハナミズキ 代表 上條洋子

最初にハナミズキのモットーについてお話をしていきたいと思います。

♥ 自分の心と体が一番大事 何事においても無理はしないということが大事です。

♥ 転倒禁止 私に(自分)に断りもなく転ばない

♥ 「覚えられなくて」の言葉は言わない

これは「今日は新曲です」と伝えますとすぐ「覚えられなくて」の言葉がよく帰ってきます。何もまだしていないのに、心と体にブレーキをかけないということを言います。気持ちの上では「ハイ、がんばります」と心と体にいいですが、皆さん歳を重ねてきますと覚えにくく、また忘れやすいのは当たり前のこととなります。



♥ 小道具は会員さんと相談してから

あまり費用をかけずに健康や認知機能を予防するためにもなる民踊です。最小限の小道具として持参いただくものは、「扇、うちわ、手ぬぐい」の三点セットです。始める時には皆さんにこれらを揃えていただいています。今年の武蔵台公民館文化祭の発表曲の小道具に「しゃもじ」がありました。

そこについていたリボンが副代表の方の寄付で成り立っています。またカットも会員の方のお手伝いで出来上がりました。

踊りは普段使わない筋肉を使い、体全部を使います。新曲の場合は皆さんの得手不得手の違いにより、なかなかできずそろわないものとなります。それだけにできたときの喜びは、挑戦した者だけに感じられる達成感となる特権と言えます。

民謡ハナミズキは高齢者の集まりとなっていますが、皆さんみな健康で「できる喜び」を感じています。檜や舞台の上で「年齢を感じさせないで、はつらつと踊っている」と褒められることがあります。社交辞令とわかっていても大変うれしく、ありがたく思います。会員のみなさんにそうしたことをお話し、小さな幸せに笑顔になれる私たちの境遇に感謝をしています。また続けていくことの大切さを実感する毎日となっています。

これから心と体が元気でいられますように、皆さん一同で頑張って活動していきたいと思っています。民謡ハナミズキのモットーに賛同していただける方には、ぜひ一度1日体験にお入りになり、体を一緒に動かしてみませんか。会員一同ととも皆さんのご参加をお待ちしております。

リレー随想

武蔵台に住んで良かった事と親の介護を経験して思うこと

35年前、マイホームを探していた時、会社の友人が武蔵台に住んで良かったこともあり、武蔵台に建設中の一戸建てを見学に来た。都心に通勤するには遠いが、自然に恵まれた環境での生活は魅力的であり、自分が遠距離通勤を我慢すれば子供たちの成長にはプラスになると思ひ、その場で武蔵台に住むことを決断した。実際、武蔵台に住んで良かった点は、休日には近くの山へのハイキング、会社の同僚を招いて高麗川でバーベキュー等自然との触れ合いである。更に、武蔵台では各種少年スポーツのボランティア活動が盛んで、自分の子供たちにも参加をさせた。

その活動での父母のサポートを通じて大人の繋がりができ、やがて気の合う父母同士で友情が芽生え、子供たちが独立し、定年後の現在も、仲間同士の年一回の宿泊旅行、近場のハイキング、不定期の飲み会等での交友が続いており、武蔵台での生活は自分の宝ものである。しかし、定年後、遠く離れた実家と武蔵台での二重生活を始めた。理由は、90歳を過ぎた両親は未だ元気に生活をしていて、介護目的だった。僕は年に2、3回実家行く程度で、両親と実家で暮らすのは47年ぶりとなる。

二重生活を始めて2年が経過した頃、父の様子に変化が現れ始めた。足腰が急に衰えてきた様に感じられた。一人で入浴が難しい状況で、地区の介護支援センターに相談して、デイサービスを利用して入浴をするようにした。嗜好の変化も現れ、甘いものが好きだったのが食べなくなってきた。毎晩のお酒の量も食事の量も減り、下の世話が必要となってきた。介護マネージャーに相談し、介護施設のショートステイを2カ月程度繰り返し利用し、その後、老健施設に3カ月間お世話になる事にした。父の様子を伺いに施設に毎日面会に行った。徐々に食事の量が減り、食事が喉を通らなくなり、殆んど食べなくなり、水分補給も難しい状況となって、入所後1カ月で亡くなった。94歳だった。

死因は多臓器不全、つまり老衰だった。衰えが見え始めて7カ月目の死亡だった。父の死後、1歳年下の母も地区の介護を受けるようになり、現在、父と同じように介護施設のショートステイを繰り返し利用し、老健施設にもお世話になり始めている。

今僕が思うのは、いずれ自分も介護が必要になる日が確実に来るであろうという事です。父の死と母の状態を見て、他人事ではなく、健康寿命が何時まで続くか、出来ればこれからもこの武蔵台において限りなく健康寿命が続く事を願って、確実にやってくる晩年を真剣に考える様になった次第である。(S・Fさん)

編集後記

明けましておめでとうございます。昨年は自治会活動に皆様のご支援をいただきありがとうございました。今年度もあと残り3カ月となりました。自治会活動をなんとかこなしてこれましたのも、会員の皆様の多大なご支援の賜物と感謝しております。お子さんから子育て世代、現役世代から高齢者までの方々が住んでみたい街として、今年も発信していきます。皆様のご協力とご支援を今年もお願いたします。(広報担当小林)