

# 旭ヶ丘だより

平成 26 年 8 月 16 日 平成 26 年度 第 4 号

## 平成 26 年度 第 3 回 幹事会 報告

- 【日 時】 平成 26 年 8 月 16 日 (土) 午後 7 時 30 分  
【場 所】 旭ヶ丘集会所  
【出 席】 岡田会長及び副会長 5 名、幹事 17 名  
【欠 席】 (2-1 班) 北野、(3-1 班) 石谷、(3-2 班) 山下、(6-3 班) 小嶋、(8-2 班) 奥谷  
(9 班) 岸本、(11-1 班) 下村、(13 班) 今村、(15-1 班) 河田、(15-2 班) 杉本 (敬称略)

### 議 題

#### 1. 九条スポーツ会館運営委員会報告 (近隣 10 自治会)

- ☆ 人権を考える市民集会 7 月 4 日 (金) 午後 1 時～3 時 城ホール
- ☆ 御殿まつり「民謡踊り」7 月 5 日 (土) 午後 0 時 30 分～ 城ホール (小)
- ☆ 自治連合会役員会 7 月 25 日 (金) 午前 11 時～ 市役所

#### 2. 当自治会 関係報告

- ☆ 資源ゴミの回収 6 月分 10,270 円  
7 月分 8,160 円 ご協力ありがとうございました。
- ☆ 庭木の刈り込みゴミ 6 月 25 日 午前 8 時 30 分迄
- ☆ 手をつなごう会 おしゃべりカフェ 6 月 27 日 (金) 午前 10 時～12 時  
樽みこしづくり 7 月 19 日 (土) 午前 10 時～12 時
- ☆ いきいきサロンの会 七夕まつり 7 月 1 日 (火) 午前 10 時～12 時  
コマで遊ぼう 8 月 2 日 (土) 午前 10 時～12 時
- ☆ 粗大ゴミの収集 7 月 17 日 (木) 午前 6 時～8 時 30 分
- ☆ 夏休みラジオ体操 8 月 1 日 (金)～8 月 20 日 (水) 午前 6 時 30 分～  
九条体育館前広場で行われました。
- ☆ 8 月 16 日 (土) 資源ゴミの回収 7,140 円 ありがとうございました。
- ☆ 8 月 19 日 (火) 全国夏季巡回ラジオ体操・矢田総合公園市営球場 午前 6 時～
- ☆ 8 月 19 日 (火) 旭ヶ丘集会所 床 ワックス掛け実施



7/19 (土) 樽みこしづくり



8/2 (土) コマで遊ぼう

### 3. 今後の行事予定

☆ 全国消費実態調査 (総理府 統計局)

- ・ 7月中旬～下旬 事前調査説明訪問
- ・ 8月下旬 決定調査依頼再訪問
- ・ 9・10・11月 本調査 <家計簿等の記入>

☆ 9月30日(火) 集会所火災保険金支払い 5カ年一括 229,580円

☆ 9月下旬 共同募金、年末助け合い運動募金開始

☆ 旭ヶ丘市道改良工事 (残2年分 一括実施) 270m

9月中 電柱移設工事

10月～翌3月 道路拡幅工事实施。下水道接続工事まだの方は済ませて下さい。

### 訃報

- ◆自治会8-1班 (高友会5班) 花本スマ子様 (享年90才) には8月1日ご逝去されました。花水木会館で、家族葬としてお通夜が8月3日(日)、告別式が8月4日(月)に執り行われました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

### 健康寿命について考えよう

◇ 健康寿命とは介護等のお世話にならず自立して生活出来る状態で  
現在 男 70,42才、女 73,62才となっております。

◇ 平均年齢は人が亡くなるまでの年齢で寝たきり等の期間もふくみます。  
男 80,21才、女 86,61才となりますますます延びてきております。

高齢者にとって大切なことは健康寿命をのばすことで、介護費用や、医療費の節約になります。団塊の世代の方があと10数年程で後期高齢者になる頃、介護保険、医療保険制度がパンクするといわれています。若い世代の方々の負担が耐えられなくなってくるわけです。

病院通いや、介護施設でお世話になることは出来るだけさけるか、先のばしに出来ることが好ましいのですが、自分の意志に反して、思うようにならないのが人生です。

健康で楽しい生活を送るために、まずはバランスのとれた運動、睡眠、食生活が大切であります。必要以上の欲望や、怒りをおさえ、淡々とした、おだやかな生活を送ることが最も大切なことと云われています。“ありがとう”という感謝の気持ちで生きていくことが健康寿命をのばし、充実した人生を送ることになるのではないのでしょうか。

(T.O生)