都賀の台だより

令和元年
都賀の台自治会報　第４８７号　11月号

9月29日(日) 防災訓練が行われました。

11月22日(金) ０～１歳児ママの
おしゃべり会を開催します！
（８ページをご覧ください）

至近の会議と行事等のご案内

★第８回幹事会・理事会　11月１日(金)…幹事会　18：30～19：20
理事会　19：30～20：30

★第９回幹事会・理事会　12月６日(金)…幹事会　18：30～19：20
理事会　19：30～20：30

★移動交番　個人的各種相談も行います。お気軽にお越しください。
（第15回）　11月12日(火)　10：00～11：30　自治会館
（第16回）　11月27日(水)　10：00～11：30　自治会館

★帯同パトロール……第６地区：11月５日(火)　16：00～都賀の台幼稚園裏
第１地区：11月19日(火)　16：00～１丁目公園

★統一パトロール……全 地 区：11月３日(日)　17：00～各班の集合場所

★公園清掃（第２・４日曜日の午前中・担当理事）

実施日	一丁目公園	中央公園	三丁目公園	四丁目公園
11月10日	11班（麻生）	19班（佐藤）	24班（福田）	39班（高橋）
11月24日	12班（和久）	20班（上野）	25班（中村）	40班（逸見）

◎自治会館の事務員在館日時：平日　10：00～13：00

都賀の台だより　11月号

目　　次　　ページ

■ 令和元年度定例自治会報告 …… 2

・第７回幹事会・理事会議事録

■ 総務・人事だより …… 3

■ 保安防災だより …… 3

■ 環境衛生だより …… 6

■ 企画だより …… 8

■ 支え合い活動委員会だより …… 8

■ 文化活動振興会だより …… 9

■ 社会体育振興会だより …… 10

■ シルバークラブだより …… 13

■ 同好会だより …… 14

・囲碁同好会

■ 編集後記 …… 14

広告主一覧

アニマー湯
アパマンショップ
石窯パン工房
コケナワ金物店
小町谷歯科
SUN CAFE
山王病院
セイワ若松デイサービス
千葉中央メディカルセンター
フェイス
マスタッシュコーヒー
みつわ台総合病院
若松モータース
ワコーズホーム

至近の行事・催しのご案内（11月）

町内レベルのイベント・催し欄です

★第95回　文化活動振興会　月例催し　（文化活動振興会主催）

町の発展と一緒に歩いてきた少年野球チーム
“都賀の台レッドウィングス”

講　師　代表　伊藤征三 さん（１丁目在住）
日　時　11月17日(日)　10：00～11：30
会　場　自治会館　ＡＢホール

★ママのおしゃべり会　（自治会主催）

日　時　11月22日(金)　10：00～12：00
会　場　自治会館　Ｃホール

定例自治会報告

第７回幹事会・理事会議事録

日　時　　令和元年10月４日㈮　　幹事会　18：30～19：20
　　理事会　19：30～20：30
場　所　　自治会館
出席者　　麻生会長・井原副会長・高橋副会長・田中副会長　各担当幹事６名
　　理　事　39名（欠席４名）、出席役員総数　49名

会議内容

１．会長報告　（麻生会長）

１）敬老会開催報告
２）防災訓練・避難所運営委員会開催報告
３）小学校外壁工事開始、工事車両等に注意してください。

２．承認事項　（麻生会長）

１）小学校の長机の破損が多いため、夏祭りの寄付金より10台（70,000円相当）寄付する旨、承認された。
２）自治会館へ自販機設置を検討することを承認、業者からの具体的な提案後決定する。

３．主要事項

１）秋季防災訓練（地区防災）報告について　（高橋副会長）
・公園訓練参加者1,155人、小学校訓練参加者930人
・集計に時間がかかったことが来年への改善課題とする。
・２丁目集合場所の中央公園は小学校を通り過ぎるため、今後の検討課題とする。
・はしご車、子ども向け消防服等、子どもも一緒に参加できた防災訓練は好評だった。

２）避難所開設訓練（避難所運営委員会・本部防災・会員）報告　（高橋副会長）
・合同で避難所運営委員会を開催、備蓄の在庫点検を行政と行った。

３）敬老祝賀会実施報告　（枝企画担当幹事）
・参加者101名（75歳以上81名）。都賀の台出身のバイオリニスト今野さん出演。
・ビンゴゲームなど新たな企画も実施。

４）赤い羽根共同募金を例年どおり自治会館にて行う。　（井原副会長）

５）令和２年度理事候補者選出を期日までに提出のお願い　（麻生会長）
①令和２年度理事候補選出について（依頼）
②就任依頼（第１候補者）、就任依頼（第２候補者）
③第２回理事候補者説明会（担当業務決定）

６）秋季大掃除の実施の件　（西川環境衛生担当幹事）
・実施要領説明。公園掃除用ごみ袋配布済、土のう袋は本日配布。

４．連絡事項、その他

１）2019年度総会日程を令和２年３月22日㈰に変更する。

５．次回予定

日時：令和元年11月１日㈮　　幹事会：18時30分～19時20分
　　理事会：19時30分～20時00分

総務・人事だより

１．転入のお知らせ

氏　　名	住　　所	電　　話	転入年月日	地区・班
土　屋　和　弘	３－３－10	－	Ｒ１．８．４	４－24
神　所　宏　基	４－16－12	－	Ｒ１．８．25	６－37
宮　下　温　子	４－23－10	－	Ｒ１．９．１	６－41

２．転出のお知らせ

氏　　名	住　　所	電　　話	転出年月日	地区・班
谷　村　博　史	１－27－11	253－2316	Ｒ１．９．25	２－12

3. 御逝去を心よりお悔み申し上げます。

金　子　英　夫　様　　（４－16－10）　Ｒ１．７．10　　享年88歳

保安防災だより

防災訓練にご協力いただきありがとうございました

本報告が10月号の原稿締め切りには間に合いませんでしたので、一カ月遅れで報告いたします。さる９月29日㈰の防災訓練は、皆様のご協力があって、昨年同様多数の会員様が参加されました。

防災訓練は自治会主導の下で、第１～第６自主防災会、避難所運営委員会及び西都賀５丁目自治会並びに百合ヶ丘自治会が参加して行われました。要介護者の安否確認には支え合い委員会、避難所運営委員会には女性委員会のご協力をいただき無事に訓練を遂行することができました。

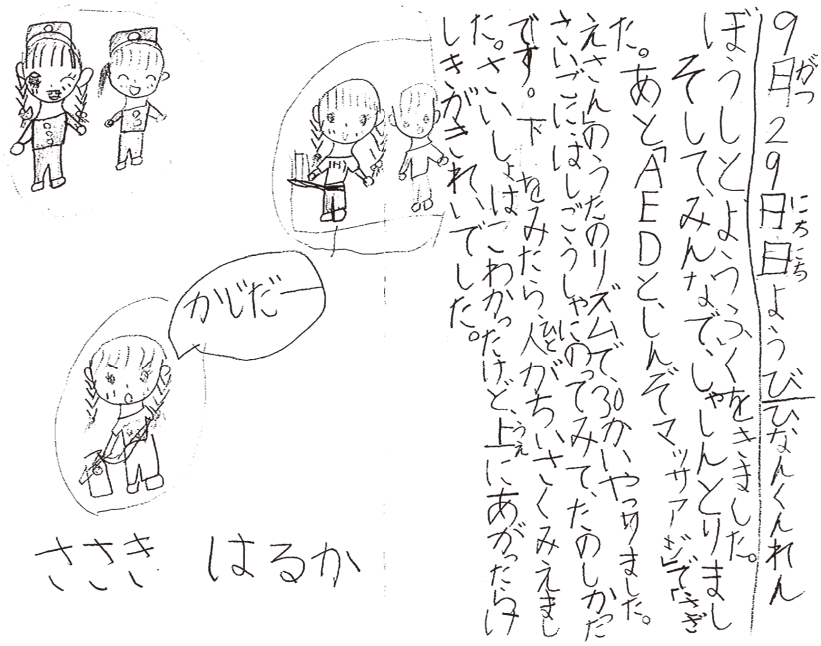
今回の避難所(都賀の台小学校)では、千葉市消防局若葉消防署及び都賀出張所のご協力を得て、消火器取扱、ＡＥＤ取り扱いの訓練及び放水実演、はしご車実演並びに体験搭乗、子供消防服写真撮影等の訓練及びイベントを行いました。女性委員会ご協力の下での避難所運営委員会の600人分を用意した炊出しの豚汁は大変美味しく好評でした。はしご車への搭乗は小学生限定で、はしごを学校の屋上が見えるほどまで伸ばして、子供たちが下を見ると恐ろしかったけれど楽しかったと嬉しそうにしておりました。また、大人の方も搭乗したかったようですが、御免なさい。消防署の皆様には大変お世話になりました。なお、防災訓練中の町内の防犯巡回は千葉東警察署及び同署若松交番にお願いいたしました。

訓練の反省点は

１．拡声器が聞こえない・・・災害時の電源消失を想定したので訓練では改善
２．小学校での集合はテントを目標にした・・・次回はそのようにします
３．人数確認に時間がかかりすぎ・・・簡素化したが再考します
４．その他・・・できる限り災害時の不便さを想定して行います

（上：麻生会長の挨拶）
（右：はしご車体験搭乗）
集　合　訓　練：1,155名
避難・防災訓練：　930名
要支援者確認訓練：登録者全員の無事を確認

防災訓練の感想を　ささきはるかさん　が書いてくださいました。防災訓練の様子がよくわかる絵や文章でとっても良く書けています。はしご車への体験搭乗は良かったですね。



◆台風15号に続き19号が襲来

９月８～９日の台風15号（千葉市：最大瞬間風速57.7m/s）に続き10月12日㈯に「これまでに経験したことのないような」大型の台風19号が来ました。木曜日から避難したいので何処へ行ったらよいのか。都賀の台小学校の避難所は開設しないのかという問い合わせが沢山ありました。近いところでは、みつわ台公民館しか開設しておらず、当然都賀の台小学校が開設されると思っていたようでした。都賀の台小学校が開設されないため、麻生会長は都賀コミニュティーセンターの開設に奔走して

下さり、12日の15時に開設できるようになりました。

すでに、ＮＨＫや民放各社が気象庁の早期避難勧告発令を報道していたために、スーパーやホームセンターではブルーシートや養生テープ、カップヌードルや水が売り切れている状態でした。台風15号の被害からあまり日も立っていない状態での台風19号ですから、人々は用心と心細さが先行したのではないでしょうか。

こんなことがあり、麻生会長宅他に金曜日から避難所の問い合わせが多くあったため、初めて防災連絡を実施しました。第１回目にはみつわ台公民館開設情報を13時前に、第２回目には都賀コミニュティーセンター開設情報を15時前に電話連絡網で流しました。実際に情報伝達が末端まで正確に行き届いたかは確認できませんでしたが、筆者と総務担当副会長には届きませんでした。**伝言ゲームより伝達が悪い**ことが露呈してしまいました。改善が必要です。

この防災連絡が末端の会員女性に届き、会長宅へ何度も電話したが出ないので筆者宅へ電話したと、名前も名乗らずに嫌がらせ電話がきました。避難所開設情報を流すことは混乱を招くという趣旨のようなことでしたが、避難者の介助協力を依頼すると、「そんなことできない」と言って一方的に電話を切ってしまいました。こんな防災情報の共有の妨害をする方も自治会員にはいるということをご承知ください。**自治会の防災としては、今後も必要と判断したときには、会員に必要な情報を可能な限り早く提供**するつもりです。

都賀の台小学校避難所は、千葉市より開設命令が発令されない限り、都賀の台自治会の判断では開設されません。また開設にあたっては、都賀の台自治会、西都賀５丁目自治会、西都賀百合ヶ丘自治会及び施設管理者である都賀の台小学校並びに千葉市の防災担当の職員がそろって避難所を運営しなければなりません。避難所を開設すると、その期間中、関係者の拘束並びに学校行事に影響することとなり、簡単に開設というわけにはまいりません。

都賀の台自治会館は、避難所に指定されておりませんので開館することはありません。これは、現在の自治会館を建設するときに、会員へのアンケートを取った結果、避難所とはしない計画で作られております。

強風時における空き家等からの飛散物の恐怖に対し、行政へ確認しましたが、個人の所有物であり、これに対し所有者への指導等は非常に難しいとのことでした。まして居住しているとなると、もっと難しいとのことです。

なお、13日の午前４時過ぎから１時間ほど町内を巡回しましたが、前回の台風のような倒木や屋根の損傷等の被害は見られませんでした。被害に遭われた方やそのご家族には大変申し訳ありませんが、都賀の台の皆さん無事でよかった。

◆「ながら運転」していませんか？

最近は「あおり運転」や「ながら運転」が横行していますが、あなたは大丈夫ですか。片手にスマホを握りしめて運転をしていませんか。スマホが若年者から高齢者まで浸透し、いつでもＬＩＮＥや電話ができるようになりました。特に若い方は手にスマホを握りしめ、片時も離すことがないようです。「スマホ依存症」とでも言いましょうか。信号で停車する度にスマホを操作している姿がよく見られます。これからはそんなわけにはいきませんよ。見つからなければ良いというものではありません。**「スマホするなら乗るな　乗るならスマホするな」**です。**ながら運転が厳罰化**し、**12月１日施行**です。更に、「あおり運転」を道路交通法で新たに定義し、**「免許の永久停止」**や**「あおり運転罪」を検討しており**、厳罰化する方向です。

※ながら運転の違反点数と罰則

		違反点数	改正罰則	現行罰則
携帯電話使用等	**保　持** 通話や、画面を注視する違反	３点	**６月以下の懲役または10万円以下の罰金**	５万円以下
	交通の危険 通話や注視により交通の危険を生じさせる違反	６点	**１年以下の懲役または30万円以下の罰金**	３か月以下の懲役または５万円以下の罰金
反則金	**保　持** 通話や、画面を注視する違反	大型車	**２万５千円**	６千円
		普通車	**１万８千円**	
		二輪車	**１万５千円**	
		原付車	**１万２千円**	

「見るな！　死神からのＳＮＳ」・・・・・・・岐阜県警の標語

ビートたけしさんの**「赤信号みんなで渡れば怖くない」**（1980年）は駄目ですね。古い標語に見覚え聞き覚えはありませんか？

乗せましょう　ゆとりという名の　同乗者	ゆとり時代を反映	（1991年）
シートベルト　しめる心が　身を守る	シートベルト着装促進	（1986年）
あせってる　今があなたの　赤信号	スピードの抑制	（1974年）
せまい日本　そんなに急いで　どこへ行く	スピードの抑制	（1973年）
飲んだら乗るな！　乗るなら飲むな！	飲酒運転の撲滅	（2006年）
飛び出すな　車は急に止まれない	歩行者への注意喚起	（1967年）

時代を反映している標語ですが、今のあなたは大丈夫ですか？

※道路交通法第71条５の５（運転者の順守事項）

自動車又は原動機付自転車を**運転する場合**においては、当該自動車等が停止しているときを除き、**携帯電話**用装置、自動車電話用装置その他の無線通話装置を**通話**のために使用し、又は当該自動車等に取り付けられ若しくは持ち込まれた画像表示用装置に表示された**画像を注視しないこと**。

◆移動交番と帯同パトロールの日程

防犯活動		日　　程	時　　間	該当地区	集合場所
統一パトロール		11月３日㈰	17:00～	全地区	各班の集合場所
帯同パトロール		11月５日㈫	16:00～	第６地区	都賀の台幼稚園裏
		11月19日㈫	16:00～	第１地区	１丁目公園
移動交番	第15回	11月12日㈫	10:00～11:30	第３地区	自治会館
	第16回	11月27日㈬	10:00～11:30		

※　統一パトロールは地区によって日時が異なる場合があります。会の皆様は各地区の予定に合わせてください。

環境衛生だより

霜月（しもつき）になって一段と秋らしくなってきました。着るものにも一段と楽しみが出てきたのではないでしょうか。山も緑一色の衣装から衣替え（ころもがえ）し、紅（あか）や黄（き）も見られるようになります。暦（こよみ）を見ると、文化の日、立冬、七五三、勤労感謝の日など沢山の行事が書かれています。紅葉（もみじ）を見る楽しみは、日本の歌百選にも選ばれた「紅葉（もみじ）」の歌にもあるように夕日に照らされる山からふもとを見ると、緑のほかに楓（かえで）や蔦（つた）の濃い赤、

木々の薄紅(うすべに)や黄色が着物の裾(すそ)模様(もよう)のようだと、そして散った紅葉が谷川に流れゆく様も錦絵(にしきえ)のようだと詠(うた)っています。紅葉(もみじ)を本の間に挟んだ思い出はありませんか。私の卒業した匝瑳(そうさ)高校は蔦(つた)が校章で、秋になると校舎に絡(から)まった蔦が真っ赤になっていたこと、そして真っ赤な蔦の葉を教科書の間に挟んでいた記憶が蘇り(よみがえり)ました。ペギー葉山さんの「学生時代」という歌を思い出しませんか。

錦絵のような紅葉は里山では良いのかもしれませんが、町内の落ち葉は歓迎されません。麻生会長はけやき通りの欅の伐採（再整備）は自分の責任で全てやり通すといっております。大分伐採されましたが、まだまだ残っており、けやき通り付近の皆様には清掃が重荷になっているかと思います。皆様へのもう少しのご協力のお願いと麻生会長のご尽力を期待いたします。また、マテバシイの落ち葉も同様に飛び交っております。最近は庭木を持たないご家庭もあり、風が吹いた後はご近所からの落ち葉がカーポートや玄関前に吹き溜まっているケースが1丁目から4丁目までのどこにもありました。庭木のあるご家庭のご協力をお願いいたします。

◆都賀の台の美しい街づくり

常々都賀の台を美しい街にしたいと思っていますが、さて「美しい」とは街の景観、街並みなのだろうかと考えていました。都賀の台の景観は都市計画開発から40数年も経過しているため、だいぶ古臭くなっているように感じます。決して建物が古いというわけではありません。色々調べているうちに素晴らしい論文を見つけました。

「社団法人建設コンサルタンツ協会　学生懸賞論文「日本の街は美しいですか」応募論文（善としての美しさ－美しい街とは－）東京工業大学大学院社会工学専攻　ノンプロフィットマネジメントコース　博士課程1年　阿部　名保子」です。この中で、「例えば、東京の中にも、古くからの商店街が現在も買い物客でにぎわい、細い路地裏に生活臭が残る住宅地があり、決して都市計画や建築雑誌にはとりあげられないかもしれないが、市民が守りたい生活が息づいている「美しい街」と言えるのではないだろうか。」とし、さらに「欧米の街づくりを模倣してきたが、「善としての美しさ」を市民の総意で定義し、それに向かって有効な戦略を実施することが必要になるだろう。」としている。

ここに付加えるならば、災害を最小限にとどめる能力を持った住民パワーのある街づくりかと思う。

「美しい街」には権利があると、ある裁判での判例がある。権利イコール価値、すなわち「土地の値段が高くなること」である。色々な価値の中に災害時に停電しないことも含まれる。1987年12月17日千葉県東方沖地震、2011年３月11日の東日本大震災時にも、９月の台風直撃でみつわ台、西都賀や市内近隣の住宅が停電したにもかかわらず、ここ都賀の台は停電しなかった。これだけでも価値がある。

さらに住民の皆様の協力で景観美が伴ったらもっと素晴らしい街になるであろう。

そう、９月９日の朝、町内の皆さんが一斉に道路掃除をして、アッという間に町内がきれいになりました。これにも大変な価値がある。皆様ありがとうございました。

◆公園清掃　9：00～（雨天時は次週に延期、延期日が雨天の場合は中止）

実施日	１丁目公園	中央公園	３丁目公園	４丁目公園
11月10日㈰	11班（麻生）	19班（佐藤）	24班（福田）	39班（高橋）
11月24日㈰	12班（和久）	20班（上野）	25班（中村）	40班（逸見）

企画だより

都賀の台自治会初企画！ママのおしゃべり会

都賀の台に住む０～１歳児を持つママを対象に、自治会館でママのおしゃべり会を開催します。

お互いの悩みや思いを聞きあったり、ただ赤ちゃんを抱っこして参加だけでも大丈夫です。

ぐずり泣き、おむつ替えＯＫです、お気軽にご参加ください。

日　時　**11月22日㈮**　10：00～12：00　※時間内出入り自由
場　所　**自治会館　Ｃホール**
対　象　**０～１歳児とママ**（きょうだいは未就園児までＯＫ）
申　込　自治会館事務局までご連絡ください
（平日10：00～13：00　電話：287-3820　Email：info@tsuganodai.com）

支え合い活動委員会だより

～支え合い活動委員会の文化祭展示内容から～

去る10月27日㈰に開催された都賀の台文化祭作品展では皆様方に都賀の台の現状、当委員会の歩み、活動実績を展示いたしましたが、その中でご紹介したいくつかの計数をお示しし、ご理解の一助にさせて頂きます。

都賀の台の現状（2019.6.30現在）		支え合い活動に関する計数（9.30現在）	
都賀の台の世帯数	1,229世帯（会員世帯）	支え合い活動委員会委員	委員長以下18名
都賀の台の人口	3,245名	地区支え合いの会メンバー数	90名
内男性	1,509名	協力員(サポーター)数	254名
内女性	1,736名	安心カード保有世帯数	561世帯（45.4%）
内65歳以上	1,573名(48.4%)	ごみ出し支援事業申出者	6世帯
内75歳以上	998名(30.7%)	緊急通報システム設置者	31世帯
災害時要支援者（※）	85名（内居住者59名）	コミカフェ (@自治会館)来場者	63回　累計1,894名
要支援・要介護認定者 (介護保険制度)	231名（要介護166名）	交流サロン (@希まぐれ)来場者	29回　累計1,041名
		介護予防健康体操参加者	71回　累計2,049名

(※)災害時避難行動要支援者名簿掲載者

■今後の定例行事予定

行 事 名	開 催 日	開催時間	場　所	備　考
コミカフェ「ささえ愛」※1	11月８日、26日 12月13日、24日	13時～16時	自治会館Ａホール	毎月 第２金曜日、第４火曜日 開催
都賀の台交流サロン ※2	11月６日（第３地区） 12月４日（第６地区）	13時～16時	ｼｮｯﾊﾟｰｽﾞ内「希まぐれ」	毎月第１水曜日開催
介護予防健康体操	11月７日、21日 12月５日、19日	10時～11時	自治会館ABホール	奇数週（1､3､5 週）木曜日開催
千葉県金融広報委員会の講演会	知っておきたい相続・遺言 11月16日(土)	10時～12時	自治会館ABホール	相続法の改正も採り上げ予定

※１）運営担当　第２金曜：第２地区（１丁目18番～30番）、第４火曜：第１地区（１丁目１番～17番）

※２）運営担当　第３地区（２丁目全域）、第６地区（４丁目15,16、18～29）

（支え合い活動委員会 広報担当）

文化活動振興会だより

★2019年11月 ： 第95回月例催しのご案内

・**日　時** ： **11月17日(日)**　10時00分～11時30分

・**場　所** ： 自治会館

・**テーマ** ： **町の発展と一緒に歩いてきた少年野球チーム**
“ 都賀の台レッドウィングス ”

・**講　師** ： **代表　伊藤　征三** さん（一丁目在住）

・**内　容** ： 都賀の台レッドウィングスは、都賀の台小学校の生徒中心の千葉市少年野球チームです。創部は昭和53年なので、都賀の台小学校より１年早く誕生しました。

以来40年余り、３丁目中央公園を本拠地として、地域の皆さんの絶大なご協力のもとに今日まで継続してきた野球活動を紹介させて頂きます。

第96回月例催し『師走サロンコンサート』の出演者募集

今年も12月22日(日)午後に自治会館で開催します。これは有志の方々が気軽に参加いただく「お遊びコンサート」です。皆様のご参加をお待ちします。

・**演奏時間**: ８分以内、独演歓迎（団体の場合は10人以内）　・**演目**: 随意

・**相 談 先**: 山内(043-255-3689)、奥山(043-253-0460)、
石城(043-252-1582)、滝田(043-287-8269)

☆2019年９月：第94回エレクトーン・ミニコンサートの報告

演奏: 高橋 奈穂子さん（三丁目在住）、ピアノ伴奏:宮本 ひろみさん(船橋市から)

高橋さんは、エレクトーンの楽しい音色を聞いてほしいとの思いから、わざわざ分解して会館に運び込み組立して演奏していただきました。

多彩な音色とリズムが内蔵された楽器を駆使して、複数の人数で演奏しているかのようなクオリティの高い楽曲を演奏していただきました。また友人の方のピアノ伴奏で出席者の皆さんと合唱して楽しいひと時を過ごしました。

社会体育振興会だより

“今年の体育祭は…小雨の中で決行”！

2019年度の都賀の台小地区兼第61回千葉市民体育祭は、10月14日㈪体育の日に、時々思いだした様に降る小雨の中での開催となりました。最大級の台風19号が東海・関東地区を通過後台風一過の素晴らしい日本晴れとなりましたが、体育祭まではこの晴天は続きませんでした。

参加して下さった皆さんの熱意で、９時の開会式から10時過ぎくらいまでは曇りの中での競技。やがて、時々小雨になりましたが、幸いにも霧雨模様だったので競技は続行。

子供競技にも、大人の競技にもそれぞれ黄色い声援が飛び交い、会場は大いに盛り上がる事が出来ました。天気の上では全種目完了可能な状況でしたが時間の関係上、50才以上対象のピンポン玉競走の１種目だけ残して終了となりました。

天候不良の中でも、幼稚園児から高齢の方々の皆さんに楽しんで頂くことができたのは、体育祭の直接の運営にあたられた、各運動クラブの皆さんのお陰と思います。加えて学校や自治会始め、各界のご協力のお陰であり、深く感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

以下、個々の報告については写真による報告とさせて頂きます。　　（社体広報）

全員で競技前の準備体操！真ん中の子も勉強中？

小学生高学年女子の徒競走

大人男子徒競走：４人で接戦！

低学年の徒競走：うわあー！コンパスが長くて追いつかな～い…

子供チーム…パパさんチームに勝ちました！
子供60人対大人30人の綱引きでした。

会社で働き過ぎかな？
子供チームと接戦で負け！

≪千Mスタミナ競走≫

大人男子

小学生高学年男子

小学生女子ゴールはもうすぐ！

まだまだ若者には負けないぞー。

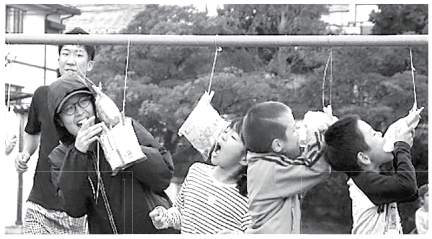
大人女子

小学生低学年男女

≪盛り上がった グランドボウリング≫

≪人気一番：パン食い競走≫

お孫さん(?)のご指導…



高すぎて…、

低すぎて…、

お一、食わえにくい～。

≪４色対抗リレー≫

見事紅組１位、
今年から優勝杯授与！

◎４色対抗リレー　赤・青・黄・緑　１チーム小学生８、大人４　計12人。

≪“ボッチャ”　スポーツ教室開催のお知らせ≫

ボッチャの用具を体育祭の会場で紹介するために用意したのですが、時間の関係でご紹介できませんでした。ボッチャについては前月号でも触れましたが、氷上のカーリングに似たスポーツでお体の不自由な方でも、健康な方は勿論、どなたでも気楽に、簡単に楽しめるスポーツです。東京パラリンピック種目にも採用されています。

ボッチャの勉強会、楽しみ会として次の通り開催致しますのでご参加のほど、よろしくお願いします。

回	月日	時間	会場	概　要	備考
1	12/１(日)	14:00～16:00	１回目から４回目まで都賀の台自治会館です	ボッチャになじもう！用具に触って見る！	講師は地区スポーツ推進委員（４回とも）
2	12/14(土)	14:00～16:00		ゲーム感覚と簡単なルール・ゲーム体験。	
3	12/15(日)	10:00～12:00		グループでゲーム体験。	
4	１/26(日)	10:00～12:00		グループでゲーム体験。勉強会まとめ	

（注１）動き易い服装。室内用運動靴が最良ですがスリッパ以外は、脱げにくいものにして下さい。

（〃２）飲物若干用意しますが常用のをご持参下さい。教室は４日間となっていますが都合のつく日だけでも参加して下さい。

教室問合せ先　256-6335　伊藤まで

シルバークラブだより

千葉市住民サポート　「身体測定と健康指導の会」のご案内です。

健康法は各種沢山あります。脳、筋肉、口、目、顔面体操、全身の筋肉、血流、毛細血管、をことごとく伸ばすストレッチ、喉の体操・発生練習、心の訓練（セロトニンの出し方）、腹式呼吸と集中力の鍛え方、など全身のすべての機能の活性化、などなど。ただ、大事なのは、自分自身を知ることです。

そこで、各自の身体測定をおこなって、体脂肪量、内臓脂肪量、筋肉量、基礎代

謝量、骨量、水分量、体脂肪率、筋肉率を測定して判定結果を出して、専門家の説明を受けるイベントです。自治会とシルバークラブ共催で無料で実施します。

日時：11月17日（日曜日）13時～15時半

場所：都賀の台自治会館　ＡＢホール

参加希望者はあらかじめ申込書を自治会館事務受付に提出お願いします。

当日はＮＨＫスペシャルの「だれでもなれる百歳健康長寿」の１時間放映も行いますので、これを見に来られるだけでも、お役に立てます。

同好会だより

■囲碁同好会

11月の定例会は２日、16日、30日の隔週奇数土曜日で３回の開催となります。12:00－16:00です。この所常時20名以上の皆さんが参加しておられ、活況を呈しています。高齢者集団の頭脳活性化に多少なりとも貢献しているのではと思われます。

囲碁を知らなくても良いので、より若い人、女性の皆さんの新規参加を希望します。メンバーの皆さんが丁寧に教えてくれます。　　世話人　前野（電話:287-5426）

編集後記

先月はたくさんの出来事がありました。22日には即位礼正殿の儀が行われました。スポーツではラグビーワールドカップベスト８進出、ワールドカップバレー、サッカーワールドカップ予選など、日本選手が一丸となって戦っている姿にとても感動し、大変盛り上がりましたね。一方、台風15号19号での被害も多く報道されています。被災地復興に私も「今自分ができること」をしていきたいと思います。

さて、今月は自治会初企画０～１歳児のママのおしゃべり会を開催します。同じ年代のママと知り合いになれる場として気軽に参加してください。

（事務局　大隈）

Mustache
自家焙煎珈琲豆専門店
マスタッシュコーヒー
コーヒー豆量り売りしてます
みつわ台病院目の前　元器和カフェ
☎043(356)4556
月～金　10:00～17:00
土　10:00～15:00
日・祝　定休

朝から夕方まで
ず～っとモーニングサービス！
SUN・CAFE
サン・カフェ
営業時間　7：00～17：00
定休日　毎週火曜日
〒264-0033
千葉市若葉区都賀の台4-5-5なごみ館１階
（ランドロームななめ前）
☎043-301-5157

医療法人社団 創進会

住み慣れたこの地域で安心ある自立した生活を

サービス付き高齢者向け住宅
リハビリデイサービス
訪問看護ステーション
訪問リハビリテーション

みつつの輪
☎043(304)3000
〒264-0021千葉市若葉区若松町531－130

■日本医療機能評価機構認定施設 ■臨床研修指定病院
みつわ台総合病院
外来受付時間 【平日】8:30～12:00／13:00～16:30
【土曜】8:30～12:00
休 診 日 日曜・祝日

人間ドック・脳ドック・各種健康診断
予約受付ダイヤル 043(254)3201
歯科・歯科口腔外科
予約受付ダイヤル 043(290)0555
☎043(251)3030(代)
〒264-0021千葉市若葉区若松町531-486

セイワ若松
デイサービスセンター
やさしい笑顔
信頼のある 温かなケア
千葉市若葉区若松町 792-1
043-424-5152

＊今注目の石窯パンの専門店＊
パリッと香ばしい本格派 le matin
石窯パン工房
都賀の台店
千葉市若葉区都賀の台4-5-16
TEL. 043-207-7707
営業時間:am7:00～pm8:00
定休日：火曜日 P 16台

緊急リフォームからリノベーションまで
屋根・外装・内装・水廻り・耐震・外構 どのような事でもご相談下さい。
一期一會 一級建築士事務所 千葉県知事登録 第1-1507-5345号
ワコーズ ワコーズホーム(株)
0120-321-333 土曜、日曜、祝日も営業 受付 8:30～19:00
千葉市稲毛区長沼原町 711 ワコーズホーム 検索
ISO9001 認証

生前整理　遺品整理

フェイス（株）の特長

他社とここが違います！

①遺品整理士が在籍しているから心強い！
②女性スタッフ中心の作業で、親切・丁寧！
③地域密着で迅速対応！

まずは、お気軽にお電話ください！

秘密厳守　見積り無料です

一般社団法人遺品整理士認定協会　地区統括会員
〒264-0033　千葉市若葉区都賀の台4-5-9-101

フェイス株式会社

0120-530-247
FAX　043-206-7871

遺品整理のフェイス　千葉　検索

＊歯科・小児歯科＊

▶新患随時受付◀

小町谷歯科

☎(284)8466

西都賀３－１７－１５（都賀駅前）

● 診療時間　午前9:00～午前12:00
　　午後2:00～午後 7:00
● 休 診 日　日・木・祝日

医療法人社団
翠 明 会

山王病院

救急告示指定病院
一般３１８床

診療科目

内科、消化器内科、呼吸器内科、循環器内科、腎臓内科、糖尿病内科、血液内科
外科、血管外科、脳神経外科、乳腺外科、肛門外科、整形外科
小児科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、神経内科、精神科、心療内科
皮膚科、リウマチ科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、歯科

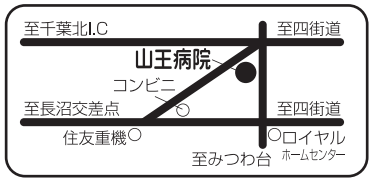
その他

・健康管理センター（人間ドック・脳ドック）
・PET画像診断センター
・リニアック治療センター
・人工透析
・緩和ケア病棟

診療時間　平日　AM 9:00～12:00　土曜　AM 9:00～12:00
PM 2:00～ 5:00

休 診 日　日曜・祝日、土曜午後　（但し急患は24時間診療）

千葉市稲毛区山王町166-2 ☎(043)421-2221(代)



アパート・マンションお部屋探しは…

アパマンショップ

NETWORK

株式会社 高品ハウジング

代表取締役 山中 操

〒261-0024 千葉市若葉区高品町1585-1
☎ 043（232）0006

ANIMARYU

ペット美容室
ホテル・フード

アニマー湯 千葉店

温泉浴を取り入れた
ペット美容室です

〒261-0024 千葉市若葉区高品町1585-21
☎ 043（214）3826

医療法人社団 誠馨会

千葉中央メディカルセンター

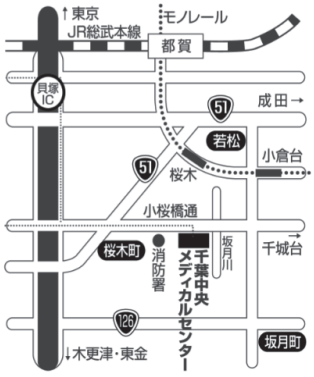
Chiba Central Medical Center

- 内科
- 循環器内科
- 消化器内科
- 呼吸器内科
- 糖尿病内科
- アレルギー疾患
- リウマチ科
- 腎臓内科
- 脳神経内科
- 人工透析内科
- 外科
- 整形外科
- 脳神経外科
- 心臓血管外科
- 泌尿器科
- 眼科
- 形成外科
- 皮膚科
- 救急科
- 麻酔科
- 放射線科
- リハビリテーション科
- 病理診断科

糖尿病センター
消化器センター
脊椎脊髄センター
脳卒中センター
和漢診療科
地域医療科

人間ドック
脳ドック

併設
健康スポーツセンター



【診療受付時間】

平　日：午前8：15～11：00　午後は各科毎に異なります

土曜日：午前8：15～11：00

休診日：土曜午後　日曜日　祝祭日

〒264－0017　　千葉市若葉区加曽利町１８３５－１

ＴＥＬ　043（232）3691

★お車のことなら おまかせ下さい★

車検・一般整備・鈑金塗装・自動車保険・中古車販売

(有)若松モータース

若　葉　区　若　松　町　５　３　０

TEL (043) **422－2932**

引取・納車・出張修理、お気軽にお電話を!!

家のあれこれご相談ください

錠前の修理　防犯用補助錠の取付　合鍵の製作

網戸の張替え　蛇口の水漏れ　トイレの修繕

物置・ﾌｪﾝｽ・門扉の設置 修理　ポストの設置

カーポートの波板張替え　手摺の取付

その他、困ったことがありましたら、お電話ください！

都賀の台4-5-8

（ランドローム都賀店向かい）

コケナワ金物店

043(253)9420

定休日　日曜・祝日

都　賀　の　台　だ　よ　り

令和元年　11月号

都賀の台自治会報　第４８７号

令和元年11月５日発行

編集人　麻　生　紀　雄
大　隈　和　子
石　川　留　美

連絡先　都賀の台自治会館　TEL 287-3820
FAX 371-8752
千葉市若葉区都賀の台１－１－５
事務局員在室　平日　午前10時～午後１時

発行人　自治会長　麻　生　紀　雄

印刷所　㈲弘栄社印刷　TEL　253-1926