# 都賀の台だより

平成31年
都賀の台自治会報　　第４７９号　　３月号

昨年度の定期総会の様子
（今年度は３月24日(日)に開催予定）

## 至近の会議と行事等のご案内

★第12回幹事会・理事会　　３月１日(金)…幹事会　18：30～19：20
理事会　19：30～20：30

★30年度定期総会　　３月24日(日)…13：30～15：30　都賀の台小学校体育館

★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１回）　３月12日(火)　10：00～11：30　自治会館
（第２回）　３月27日(水)　10：00～11：30　自治会館

★帯同パトロール……第５地区：３月７日(木)　16：00～４丁目公園

★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 |
|---|---|---|---|---|
| ３月10日 | 10班（名取） | 14班（青野） | 24班（廣田） | 39班（高山） |
| ３月24日 | 11班（　沖　） | 15班（熱田） | 25班（田中） | 40班（藤本） |

★廃品回収（やまびこ子供会）……３月３日(日)、４月７日(日)

◎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　３月号

目　　次　　ページ

■平成30年度定例自治会報告…… 2
・第11回幹事会・理事会議事録
■総務・人事だより…… 3
■保安だより…… 3
■ガーデニング広場だより…… 3
■支え合い活動委員会だより…… 4
■文化活動振興会だより…… 5
■社会体育振興会だより…… 6
■シルバークラブだより…… 7
■やまびこ子供会だより…… 7
■同好会だより…… 8
・囲碁同好会
■編集後記…… 8

広告主一覧

アニマー湯
アパマンショップ
石窯パン工房
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（３月）

町内レベルのイベント・催し欄です

★平成30年度都賀の台自治会　定期総会を開催いたします

日　　時　　平成31年３月24日㈰　13：00～15：30

場　　所　　都賀の台小学校　体育館

出席票・委任状は３月７日㈭までに各班理事さんまで提出してください。

# 定例自治会報告

## 第11回幹事会・理事会議事録

日　時　　平成31年２月１日㈮　　幹事会　　18:00～19:30
　　理事会　　19:30～21:30
場　所　　自治会館
出席者　　麻生会長、立花副会長、山本副会長、各担当幹事６名
　　理事40名（３名欠席）（出席役員総数50名）

**会議内容**

**１．会長報告**　（麻生会長）

１）道路表記（白線ライン）を小学校前と４丁目通りを修繕、今年度２度目の道路表記の修繕対応、引き続き継続に行政への要望を行う。

２）支え合い活動委員会との意見交換について

・同委員会より、以前から求められた規約の修正（追加）に関する要望について､幹事会でも年間を通じて議論してきた｡幹事会では両面からの意見はあったが結論づけた。

・理事会では幹事会の意向を伝えず議論を行い、同委員会の活動を評価したうえで、修正への賛同者もいる中で、現状のままでの運用で良いとする意見が大半をしめ、修正（追加）はしない。

**２．承認事項**

１）社会福祉協議会参加協力金の徴収方法について　（会長）口頭

・前回の社協による説明会から協力金の主旨について概ね理解した。徴収方法について、①回覧板で徴収②自治会館に協力者に持ってきてもらう（赤い羽根方式）③自治会予算に計上する　この３つの方式について、過去の経緯も踏まえて議論を行い、
①と③は反対意見が多数をしめ、結果的に②の意見で全員一致となった。

２）定期総会議案について　（会長）資料

・議案単位で説明、質疑応答を行い、全員一致で全ての議案賛成、総会議案となる。

①H30年度事業報告、決算報告（案）について
・一般会計決算見込み・将来事業特別会計決算見込み・自治会館特別会計決算見込み
②規約・規則改定について
③2019年度役員選任の件
④2019年度事業計画、予算（案）について
・一般会計・将来事業特別会計・自治会館特別会計
⑤2019年度理事、組織図について

**３．主要事項**

１）定期総会にむけて依頼事項およびその日程について
①総会資料配布および「定期総会出席届け・委任状等の回収のお願い」

２）引継ぎ資料については、次回配布する。

**４．次回予定**

幹事会・理事会
日時：平成31年３月１日㈮　幹事会：18時30分～19時20分
　　理事会：19時30分～20時30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 |
|---|---|---|---|---|
| 鶴　岡　拓　道 | ４－22－３ | － | H31．１．４ | ６－40 |

２．転出のお知らせ

| 氏　　名 | 住　　所 | 電　　話 | 転出年月日 | 地区・班 |
|---|---|---|---|---|
| 深　尾　　篤 | ３－３－10 | － | H31．２．４ | ４－24 |

## 保安だより

**ゼブラ・ストップ活動実施中【千葉県・千葉県警察で活動実施中】**

**〇ゼブラとは　ゼ ⇒ ぜんぽう**
**ブ ⇒ ブレーキ**
**ラ ⇒ ライト**

この活動は横断歩道における歩行者等の優先義務を運転者に徹底し、歩行者等の保護を強化することを目的に実施されています。

**〇そのためには**

| | |
|---|---|
| 前　　方 | 前方をよく見て運転、横断歩道を発見したら、その周りに歩行者等がいないか注意！ |
| ブレーキ | 横断歩道の手前ではブレーキ操作で安全確認。渡ろうとする歩行者等がいるかもしれない場合は横断歩道の手前で止まれる速度で進む。 |
| ライト | 車のライトは早めに点灯、こまめな切り替えで横断者等を早期発見で交通事故防止。 |

**〇【まだ渡れる】は【もう危ない】**　シルバー世代の横断中の交通事故が多発しておりますのでじゅうぶんにご注意ください。

**〇歩行者も必ず渡る前に左右の確認を怠らないこと。**

**◆　移動交番と帯同パトロール日程は以下の通りです。（表紙に記載）**

| 防犯活動 | | 日　　程 | 時　　間 | 該当地区 | 集合場所 |
|---|---|---|---|---|---|
| 帯同パトロール | | ３月７日㈭ | 16:00～ | 第５地区 | ４丁目公園 |
| 移動交番 | 第１回 | ３月12日㈫ | 10:00～11:30 | 第１地区 | 自治会館 |
| | 第２回 | ３月27日㈬ | 10:00～11:30 | | |

（文責：防犯担当幹事）

## ガーデニング広場だより

３月になると、日増しに暖かくなり自治会館の庭でも土の中から花芽が順を追って顔を出し始めます。いよいよ、花の季節が到来します。

ガーデニングのメンバーにとっても、一年で一番うれしい時期がやってきます。20株ほどのバラは、去年新しく植えた２株も加わって元気に花芽を膨らませています。また、パンジーは厳しい冬をすごしたあと、春の陽光のもとに元気を取り戻し

てきました。その苗の中には、マルシェ様から去年苗のご寄付を頂きました。
今年の春は、例年よりたくさんの花を楽しめることでしょう。マルシェ様には感謝申し上げます。有難うございました。
会館に少しでも美しい彩を添えたいそんな思いで私達はがんばっています。今年の庭はどんな色で染めましょうか。皆様のお知恵とご協力を頂いて楽しい庭づくりに励みたいと思っています。　　ガーデニング広場広報担当

## 支え合い活動委員会だより

### 脚を折る高齢者増加～転倒予防と骨強化を～

高齢化で骨粗鬆症による軽い転倒で骨折する例が増えているとのこと、特に大腿骨近位部（脚の付け根）の骨折は寝たきりや要介護・要支援の原因となるので気を付けましょう！

「介護予防健康体操」
（自治会館で定例開催中）

対策は足腰の筋肉を鍛えて転ばないようにすることと骨を強くする治療の２つだそうです。
前者については大股（歩幅65㎝目安～横断歩道の白線をまたぐようなイメージ～）での速歩や当委員会でも実施いている「介護予防健康体操」で採用しているメニューの実践が効果的です。
後者については骨粗鬆症の薬物治療に骨折予防効果があると実証されているとのことです。
都賀の台だより平成30年11月号でも採りあげましたが、健康寿命の延伸を心がけましょう。

**■健康福祉講演会のご案内**

１．日　　時：３月31日㈰　10時～12時　於：自治会館Ａ・Ｂホール
２．演　　題：体力と健康長寿
３．講　　師：大西 暁志 順天堂大学名誉教授（専門分野：スポーツ健康科学）
４．講演内容：・体力は命と健康を守る大切な要素
・日常生活活動の土台は手足の力
・効果的な手足の筋力の鍛え方

**■今後の行事予定**

３月、４月の行事予定は下記です。都賀の台全域からのご参加をお待ちしています。

| 行事名 | 開催日 | 開催時間 | 場所 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| コミカフェ「ささえ愛」 | ３月８日、★26日<br>★４月12日、23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 | ３月６日<br>４月３日 | 13時～16時 | ショッパーズ内「希まぐれ」 | 毎月第１水曜日開催 |
| 介護予防健康体操 | ３月７日、21日<br>４月４日、18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 |

※コミカフェ「ささえ愛」開催日の頭に★印のある日付は「あんしんケアセンター都賀」から職員が来訪する日になります。　　（支え合い活動委員会 広報担当）

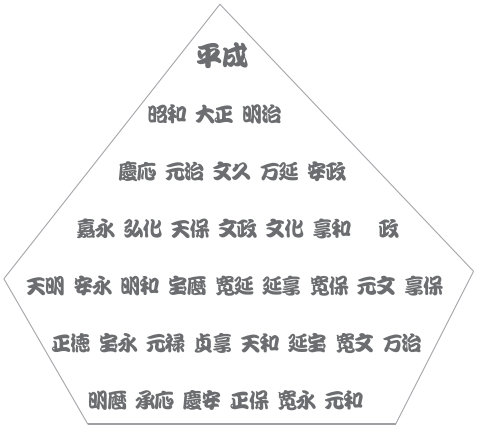
# 文化活動振興会だより

☆2019年３月はお休みします。

★第90回月例催しのご案内（ 予告 ）

・日　時 ： ４月21日(日)　10時～11時45分
・場　所 ： 自治会館
・テーマ ：「 おもしろい暦の話
　　…元号ってなに？…」
・講　師 ： 多田　研三さん（一丁目在住）
・内　容 ：

私たちは日ごろ何気なく「西暦」と「和暦（元号がつく暦)」を使っています。このような暦はなぜ､どのようにして出来たのでしょうか？今年の５月から｢元号」が変わりますね。この機会に暦のあれこれを少し考えてみませんか！



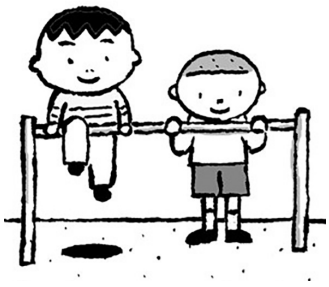
江戸時代からの元号です!

☆2019年１月20日(日)：第88回月例催しのご報告

“第８回新春に箏の音を聴く会”　　演　奏：都賀の台箏同好会

新年の恒例になりました演奏会は、日ごろの練習成果を十分に発揮されて、満席となった会場からは感嘆の声が上がりました。加えて今回は、滝田さん（３丁目）のピアノ演奏との合奏が新しく組まれており、演奏を楽しんでいただきました。

# 社会体育振興会だより


“校庭の自由開放”

**◇学校校庭の自由開放ってご存知ですか！**

多くの方々がご存知の通り、土・日・祝祭日および平日の夜間など、授業が行われてない時は、体育館や校庭は体育施設として地元自治会や各種運動クラブなどに開放されています。

特に、毎月第１、第２、第３土曜日の午前中（９時～12時）は、子供や大人の方のどなたでも、校庭に立入りができます。これが校庭の自由開放です。

**【校庭立入りの条件】**

家族・友達のグループなど立入りは自由ですが、他の家族やグループが遊んでいるのを邪魔してはいけません。一つか二つのグループで校庭全体を占有するような団体競技は禁止です。家族やグループのみんなが、お隣さんの遊びの迷惑にならないように、安全に気を配り、自由に楽しく遊べることを目的に開放されています。

**【第１～第３土曜日午前でも開放されない時があります】**

学校や自治会の行事、年間利用クラブの大会等の時は自由開放が出来ません。その時は校門に表示します。自由開放中止になった分を第４土曜の午前にする場合もあります。その時も校門に表示するようにいたします。

**◇年間にわたって体育施設を利用希望の団体及び個人の皆さんへ。**

年間にわたって体育施設を利用される団体・グループおよび個人については、年間登録が必要です。ご希望の場合は３月15日㈮までに事務局へご連絡下さい。但し、H30年度の登録団体・クラブ等、既に連絡を受けている方は連絡不要です。

**【参考：年間利用申請手続き】**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 利用希望者又は団体<br>申請書提出<br>（用紙は事務局からもらう） | ⇒ ⇒<br>← ← | 事務局で<br>受付<br>結果通知 | ⇒ ⇒<br>← ← | 都賀の台小体育施設<br>開放運営委員会<br>（スポーツ振興課） |
| | | （利用可否検討結果） | | （検討・承認） |

【事務局＝窓口】伊藤256-6335　足達375-2171

## 《第11回社体バスハイク予定》

＊５月または６月開催の予定で検討中です。

＊３月中に決定、自治会回覧等でお知らせいたします。

（以上社体広報）

## シルバークラブだより

いつも熱心に健康促進イベントにご参加いただきありがとうございます。
当クラブは今月からアンチエイジング手法の情報を回覧しています。
内容は老化をとめる原理です。すべての人が持っている60兆個を超える細胞に酸素や栄養素を常時届け不要な二酸化炭素や老廃物を回収廃棄している「毛細血管」。この原理を十分理解して、モチベーションをもって各種イベントに参加することが、どれだけ効果があるか、理解納得出来るようになります。

連絡先　やまむら　電話　２５６・１６７１

## やまびこ子供会だより

１月19日、貸切大型バスを利用し、麻生会長とＪＡＬ工場見学と豊洲ガスの科学館へ行きました。

間近でジェット機を見て大興奮のこども達！ガスの科学館では実験やクイズに参加しました。天候にも恵まれ、とても楽しいツアーになりました。

今年度も多くの方々に支えられ、こども達も子供会のイベントだけでなく、地域の行事にも楽しく参加することができました。
また、地域の方々のお力添えのお陰で、私たち役員も無事に子供会を運営していくことが出来ました。ありがとうございました。

**☆廃品回収について☆**
今年度も多くのご協力をいただき、ありがとうございました。

やまびこ子供会広報担当

## 同好会だより

■囲碁同好会

都賀の台囲碁同好会は、毎月奇数土曜日の第１・第３･第５土曜日12:00（正午）から16:00（午後４時）まで、自治会館Ａホールで囲碁対局を行います。３月の例会は第１㈯２日、第３㈯16日、第５㈯30日の３回の予定です。４月の例会は、自治会館利用の調整会議にて決定されますので、次号都賀の台便りにて報告いたします。３月は、リーグ戦を行います。ペア碁は年間を通して行っています。囲碁ほどルールがシンプルな知的ゲームはありません。シンプルなものから、複雑で多様な世界が生まれています。頭の訓練、老化防止にも大いに役立ちます。新入会を希望される方は、奇数土曜日の例会日にお出かけください。囲碁に興味のある方、女性と若い人の入会を歓迎します。

（連絡先　香川　電話256-6868）

## 編集後記

産休中は皆様の温かいご配慮とご協力本当にありがとうございました。おかげさまで無事出産を終え復帰いたしました！引き続きよろしくお願いいたします。

寒い冬を乗り越え、季節はもうすぐ春ですね。今年の桜の開花予想、東京では３月23日頃だそうです。平成最後のお花見、少しでも長く楽しめるといいですね。

また、今月は定期総会がありますので、出席届の提出等、皆様のご協力よろしくお願いいたします！

事務局　石川

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　11:00～17:00
土　11:00～15:00
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、形成外科、リウマチ科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、歯科

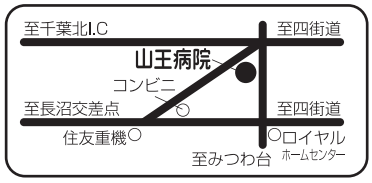
**その他**

・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

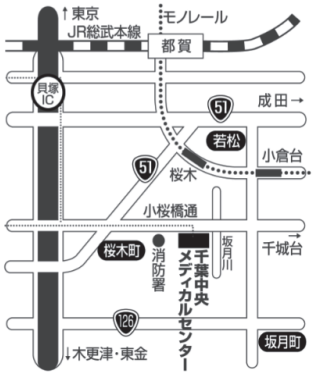
Chiba Central Medical Center

- 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!!



## 都　賀　の　台　だ　よ　り

平成31年　３月号

都賀の台自治会報　第４７９号

平成31年３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