

健康コラム 転倒注意!



神戸市消防局の統計によると、毎年7千人以上の方が転倒により救急搬送されています。高齢者の転倒は骨折や閉じこもりなど、身体的にも精神的にも様々な障害を招く原因となります。また、こうした障害がもとで身体活動量が減ってしまおうと寝たきりや認知症につながるおそれもあり、高齢者の生活を守る上で転倒予防はとても重要です。

予防のために ①敷居などの段差は出来るだけ少なくする ②電化製品「のコード類は床に這わせない ③滑り止めのついたものを使う 靴下、スリッパ、浴室、浴槽内のマットなど ④浴室・浴槽内には滑り止めマットを敷き、可能であれば手すりを設置する ⑤ベットの高さを低くし、玄関階段に手すりをつける ⑥ウォーキングなど普段から運動を心がけ、転倒しないう体づくりをする ⑦運動により筋力・バランス力をつけることで転倒・骨折を防ぎましょう 今の生活にプラス10分の運動がおススメ、65才からは足腰の筋力を鍛えましょう

ほのぼのなまなま

小学生の頃から記念切手を買って集め始め、暫らくしてからは、発行されたものをすべてシートで購入してきた。今では収集の興味も薄れ、その数も膨大になり嗜性のコレクションとなった。最近では、世界遺産・浮世絵・夜景など魅力的なシリーズが次々発行され興味も湧くが、個人でも作れるようになり、趣味や実益での世界観がなくなってしまう。次なるものは何をしようか、自分でも楽しく、また人も笑顔になるようなことを考えてみたい。ひとつの終活が次の始まりだ。 Y.M

**第20回どろんこ
バレーボール神戸大会**
8月5日(日) 10時開会
雨天決行
みんなで応援しましょう!!

光山だより

8月号 発行
大沢あいのまちづくり協議会広報部
<http://www.ozo.jp>

防災福祉コミュニティ

今般の西日本豪雨により、被害を受けられました皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

大沢防災福祉コミュニティとして、初めて本部を開設し(本日間)各一時避難所避難者数の把握と非常食等物資の調達、被害個所の確認、消防団との連携、市及び県土木等行政に対しての依頼を行いました。4日間の延べ避難者数は53名でした。被害報告数8日昼時点で23件入りしました。雨量は430mmを超えました(中大沢雨量計)。各支部避難所開設に伴い支部長、婦人支部長は見回りや受入体制お疲れ様でした。炊出しを行って頂いた女性の皆様有難う御座いました。今後はおたすけガイドに添って、更に速やかな体制づくりを進めたいと思います。

さて、6月29日に防コミの総会が開催されました。今年度の新役員をご報告致しますと共に、町民の皆様が訓練参加を通じて、互助の輪が一層深まります様、御理

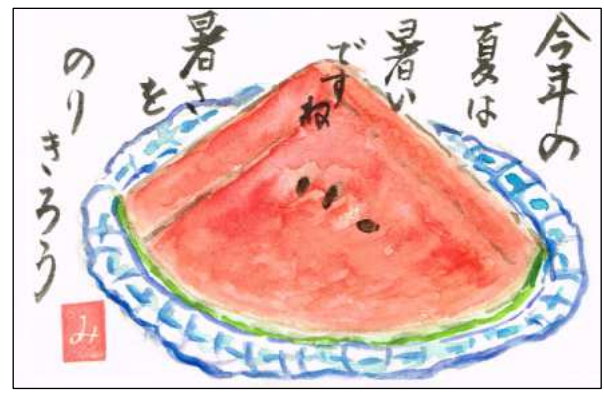


解、御協力の程宜しくお願い致します。委員長 安井健十・副委員長 安井正治 防災班長(兼)・副委員長 大家陽子・総務班長 坂井俊男・予防班長 辻井隆治・災害対策班長 中原清美・参与 東岡威和雄・参与 大家重明・顧問 池本喜和・顧問 小西元八・顧問 吉澤正徳 連絡所)・以上学校園及び各支部除く12役11名です。
訓練日程) 9月2日に夏季合同訓練 煙体験・小型動力ポンプ放水・ふっQ水栓)を9時10分集合で行います。お子様からお年寄りまで、御家族揃って参加や見学にお越しください。
安井健十)

俳句

おみやげと手に置く曾孫雨蛙
待ち人の笑顔浮かびて梅漬ける
一人旅河鹿鳴き澄む湯宿かな
梅雨晴間除草一気にとりけし
旅来て友と茅の輪くぐりけり
振花や庭にねじりし花二本
何を見る私も見てる雨蛙
雨蛙虫巻に入れ曾孫帰る
検診日気分も減入る梅雨最中

ちが
三恵子
澄子
秀子
純子
たみよ
正勝
弘枝



絵：山田三恵子

スポーツ情報

7/11 JAふれあいゴルフ大会
於 北六甲CC 西コース
優勝 坂井 克好さん
準優勝 仲西 章展さん
第3位 坂井 正和さん

行事予定

- 8/3 そうめん流し
- 8/6 光山だより編集委員会
- 8/8 女性会学級 生花教室
- 8/12 婦人会定例役員会
- 8/15 盆おどり大会
- 8/16 女性会学級 着付教室
- 8/16 精霊流し
- 8/18 自治連合会定例役員会
- 8/18 生き物観察とかかし作り
- 8/24 JAふれあいボウリング大会
- 8/25 PTA学校清掃とカレーデー

町民の動き

- 7/21市原 岡田正治さん96歳
- 7/22中大沢 瀧脇 亨さん77歳



婦人市政懇談会

7月25日、今年も大寺北区長様はじめ16名の行政各部門からのご出席を得て要望をお伝えし、それぞれにご回答を頂きました。会員の皆さまから頂いたグリーンカードをもとに6項目15件の要望にまとめました。要望書を1か月前に提出したので、その後起きた豪雨災害のことについて入れることは出来ませんでした。要望以外の意見として伝える機会にもなったこととはとてもありがたいことでした。

この婦人市政懇談会の単位集会は地域の課題をお伝えできる大切な機会として、毎年要望し続けることも必要と根気よくお願いしてまいります。すぐに対処いただけることは素早くご対応頂いていることにはとても感謝いたします。概要は以下の通りです。

- 六甲北有料大沢IC料金所事務所からFFP間三叉路のセンターラインが消えている
- 連絡所から駐在所間グリーン塗装の再塗装
- 子育て教育関連
 - ・通学バスの停留所移設
 - ・児童館の施設増設か改善策を
 - ・公立幼稚園の3年保育かプレ幼稚園制度
- 非常災害時給水場について
 - ・非常時に上津台まで行かなくても済む町内に給水拠点を
- 飛神区役所の機能について
 - ・分区に匹敵する行政区分への期待
 - 地域住民の移動手段の確保について
 - ・地元とFARM CIRCUSで計画中のコミュニティ
 - ・ニティバス無償運行での社会実験を交通部の支援で実現させたい
 - ・既存のルートに捉われないう手法を行政の支援で作りたい





プロジェクト長会議

7月23日に開催された表記会議では、各プロジェクト長より今年度の活動内容を報告いただき、地域事務局関係者間に情報の共有化を図ることができました。次回は9月19日(水)を予定しています。

今年のおおぞう検定

準町民制度の再構築を目指して取り組んでいる「おおぞう検定」の開催が、12月16日(土)に予定されました。地域内外の皆さん、特に小・中・高校生など若者が参加いただけるように、現在設問内容などを企画検討中です。

学校園PJ

隣接地域からの就学生受け入れを行い、多くの児童・生徒の声が聞こえている大沢校園ですが、通学バスの乗降時において、バス停の場所に対する問題が提起されております。バス停移設に向けた取組を、交通PJと

連携しながら進めていきます。また8月上旬に、教育委員会やごも家庭局にも出席頂き、プロジェクト会議を開催する予定です。

空き家活用PJ

7月2日、定住促進に向けた取組で連携している淡河町と空き家対策連絡会を開催、双方における課題点や所有情報などの共有を図りました。一方、農政計画課や調整区域指導課など、神戸市農政部署とも意見交換を行い、今後の活動内容について26日にプロジェクト会議を開催します。

生物多様性PJ

各ため池における注意喚起看板表示を、より強く打ち出す目的から、警察への通報を含めた「立入禁止」表記とし、各地区自治会様の協力によって更新設置しました。今後補助金制度を利用しながら設置数の増加に向けて検討していきます。

栽培者募集

昨年より「ちぢみホウレンソウ」の栽培を普及すべく、イベントやPR活動を実施してきました。増産に向けた説明会を開きますので、希望者はお集まりください。
8月21日(水) 13時より
JA大沢支店 2階会議室



今年のおおぞう検定

大沢町の夏といえば「スイートコーン」。6月から始まった「観光とうもろこし狩り」もそろそろ終盤を迎える時期になりました。先日は「おはよう朝日土曜日です」でも取り上げていただけると、近畿地区でのブランドイメージが定着してきたようです。今年のスィートコーンにおける現状を、藤本PJ長に取材しました。

今年度は9施設1.町歩での栽培をしておりますが、6月までの順調に生育していた状態から一転して、7月初旬の災害規模となった集中豪雨により、最盛期において倒伏や生育不良などの多大な影響が出たようです。テレビ放映後には、道の駅からの注文数に対応することができない状態が発生する事態になり、部会員一同復旧に努めているなか、7月22日には山陽バストラストツアーで18名の利用があり、最後まで頑張ってください。(石井保行)



新自治会長へインタビュー

上大沢地区自治会長に就任して早3ヶ月が過ぎました。もとよりその器ではなく、不安な気持ちと責任の重さを痛感しているところがございます。

わが町では、少子高齢化対策、農業の振興等をはじめ様々な課題があります。諸先輩の取組を継続しつつ、人と人の心がふれあう魅力ある上大沢をめざして、新・上大沢里づくり計画」を皆さんと共に推進し、地域の活性化に取組むとともに、今後いつ起こっても不思議ではない急激な自然現象等から、命と財産を守るよう、安全・安心なまちづくりに努めますのでよろしくお願いたします。(大家喜八郎)



6月25日から30日までの一週間、やすらぎの里赤松台デイサービスで大沢町などの現在や懐かしい写真・資料などを展示。古き良き町並み展」を開催しました。小さな展示会ではありましたが、デイサービスのご利用者様だけではなく色々な方に見て頂き、結果私たちが思っていた以上に反響があり楽しかった、懐かしかったとお声をいただきました。

展示会場では、ある方は大沢中学校卒業写真の中からお兄さんを見つけて大喜びしながら回りに居た方達と盛り上がりつついたり、昔の光山だよりの編集に携わっていた方や家族、知り合いの事、昔の町の様子などを職員に話して下さったりと展示会を通して色々な思い出を語り合える楽しい時間を過ごして頂けたと思います。

貴重な資料を快く貸して下さった大沢町の皆様には心から感謝しております。またより楽し



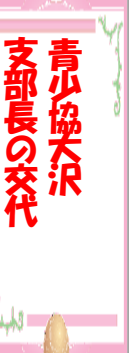
い時間を過ごして頂けるよう、一生懸命に取り組んでいきたいと思

北区をも 良くする会

7月16日久元市長と語る集い 北区をもっとも良くする会」が、JA兵庫六甲本店2階大ホールで開催されました。

冒頭、市長から7月豪雨や北区での取組みについての報告がありました。引き続き、みんなで考えよう北区の子育てと教育」と題して、小部中学校区内のおんぶっこ応援団の子どもの見守り活動や、西大池の子ども食堂「チャイルドキッチン」の食育の取組み事例が発表され、会場からは食品ロスについての質問などがありました。

この後、久元市長と話そう北区のこと」のコーナーでは、来場者と市長の間で北区の活性化や、防災について質疑応答がありました。会が終了後も来場者からの要望や質問に答える市長の姿がありました。市長の考えを直接伺うとともに、より多くの方々に参加していただき、住民の声を直接聞いていただければと思います。(吉澤)



日頃より学校関係・各種団体・個人様や、こども110番 青少年を守る店・家」のお世話になっておりますことに感謝申し上げます。この度、青少協の大沢支部長を仰せつかりました市原の向井でございます。青少年育成という大義に、清く、正しく、誠実に」をモットーに、気持ちも新たに取組まなければならぬと、今更ながら身の引き締まる思いを致しております。

巷では時代のスピード化と共に新たな有害事案や、痛ましい事件が後を絶ちませんが、大沢町では皆様方の関心の「目」があり、大人である経験を活かした「声」を出していただいていると思えます。次の世代を担う青少年が、心身ともに健やかで人間性豊かな社会人として成長するため、青少年の健全育成と非行防止等環境の整備を、関係機関との連携を図りながら、協働で推進していきたいと思

向井善裕



大沢校に通う子どもたちの健全な育成を地域ぐるみで継続的に支援していくことを目的に、各種団体のボランティアで支えられています。地域の皆様のご理解と暖かい支えで、今年で8年目を迎えることになりました。

今年度も登校時・放課後のパトロールなどの見守り活動、運動会、芸術祭等の学校行事の補助、そうめん流しやクリーン作戦等子どもたちとともに行う地域活動、昔の遊び・わら細工・菊づくりなどの学習補助等、学校を中心に地域の人々の繋がりを深め、より良い環境の中で、子どもたちが健やかに成長して行けるよう、各種団体の連携を深めながら、更なる支援を行っていかたいと思っております。

先日の会合で、登校時の見守り等、安全確保のための活動に長尾校区の保護者の方より感謝のことばをいただきました。大沢校へ通う子どもたちは、全員「大沢っ子」として、通年の活動の中で応援していきたいと思

高山寿和

