

特定非営利活動法人南中学校区円卓会議 (略称：NPO法人南中円卓会議)

南中円卓会議ニュース

2024年2月

第60号

2024年の新年に思うこと

南中円卓会議理事長 菊屋 英一

皆様、新年あけましておめでとうございます。
本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

さて、国民すべてが苦しんだコロナ禍も、未だなくなった訳ではないものの、多くの国民は現状を受け入れつつ、コロナ禍前に近い生活を送っておられるように感じます。

このような中、私事になりますが、最近特に考えることは、団塊の世代のわが身が、今後さらに歳いく中で介護の必要性が出てきた場合に、介護施設に入ることができるのか、夫婦での老々介護は成り立つのか、あるいは単身になった場合、自宅での介護は可能かなどの高齢者介護の問題です。いわゆる「2025年問題」です。

大阪狭山市においては、国の第8期介護保険事業計画に関する基本指針に基づき令和3年3月、3か年を計画期間とする「大阪狭山市高齢者保健福祉計画及び第8期介護保険事業計画」が策定されるとともに、令和5年9月には、「大阪狭山市地域包括ケアシステム推進条例」が制定されました。

この地域ケアシステムとは、住み慣れた地域でいつまでも生きがいをもって生活することができるよう、医療・福祉の専門職だけでなく、地域全体が力を合わせて、見守りや支援を行う「まちぐるみで支援する仕組み」と定義づけられています。

その上で、市民に対しては、支援する側、支援される側という線引きをなくし、誰もが自らの能力に応じて担い手となることが求められています。つまり、この難局を乗り切るためには、市民の力を借りなければ、行政だけではどうにもならないところまで来ているということだと思われまます。

(つづく)

【豆知識】干支の辰について



辰は十二支の中で唯一空想上の生き物で、権力や隆盛の象徴であることから、出世や権力に大きく関わる年といわれています。

円卓会議を地域づくりのきっかけに

◆人と人が顔を合わせ、言葉を交わしてこそ「地域」

◆自分たちの地域は、自分たちで、それが地域主権

◆地域に応じた「仕組みづくり」は地域の人たちの力で

南中円卓会議の活動

◆人と人をつなげる…「コミュニティカフェ

◆まちかどに花を…「花いっぱい運動

◆気軽に参加…「元気ウォーキング

◆いつまでも元気に…「健康講座・元気クラブ

◆安全・安心…「防犯パトロール

NPO 法人
南中円卓会議

ハーティ

コノミヤ

サロンみらい
(ハーティ地階)

大阪狭山市大野台 2-1-58

TEL&FAX :

072-368-1616

e-Mail :

nancyuu@bloom.ocn.ne.jp

URL:

http://nancyuu.com/

第60号の主な内容

1頁・・・新年に思うこと

2~6頁・・・部会の活動

①円卓カフェ ②環境部会

③防犯・防災部会 ④元気クラブ

⑤陶器山元気ウォーキング

7頁・・・狭山ニュータウン自治会

8頁・・・お知らせ

①元気クラブ募集

②サロンみらい



一部の市民が持っている「自分はしなくても、市役所や他の誰かがやってくれるだろう」という考えは通用しないということです。

しかし、先日のコミュニティ紙の記事では、地域コミュニティを束ねる要の役割を持つ自治会の加入率が下がりに続き、大阪狭山市全体では51.7%（23年4月時点）になっているとのこと。この状態では「地域包括ケアシステム」は計画通り機能しないのではないか、我々団塊の世代はどうなってしまうのかと本当に不安になってしまいます。

行政は我々市民に対して助けてくださいと言っている。しかし、このSOSに応えるためには、やはり、従来から言われ続けてきた自治会の活性化、つまり、自治会を本来の姿で存続させることが、喫緊の課題であると思います。

繰り返しますが、これからの超高齢化社会をやり過ごすためには、自治会を全ての市民と行政がそれぞれ知恵を出し合いながら、何とか守り抜いていかざるを得ないと思います。

新年早々重たい話になりましたが、この問題は避けては通れない極めて大切なことだと思います。どうか、一旦立ち止まって一緒に考えてはいただけませんか。よろしくお願いします。

「語らいやふれ合いの場」を提供する【コミュニティカフェ事業】

◇「円卓カフェ」の再出発

事務局 川北 好子

「円卓カフェ」は、地域の皆さんが気軽に集まり、語らいや討論、世間話をしながら「まちづくり」を考える場所として設置されました。

これまでに「円卓カフェ」に於いては、ミニ講演会、映画観賞会、絵画の展示、の他にも市からの情報の掲示を行ってきましたところコロナ前には30人/日の来客がありましたが、現在は10人/日程度になっています。

お買い物やクラブ等のお帰りの時、友人と連れ合ってお立ち寄りください。



この樹は5-10年に一度咲く



(参考) コミュニティカフェについて

人と人のつながりは生活の質を大きく向上させます。

地域の人との交流の機会があれば、困りごとを相談したり助け合ったりでき、日々の負担が和らぎやすくなります。

また、地域イベントや親睦会を通じて充実した時間を過ごせるのも、地域コミュニティ活性化の大きなメリットです。各地のコミュニティカフェに関する調査では、「ゆっくりリラックスできる」が約4割で最多。次いで「コーヒーを楽しむ」が約3割となっています。

喫茶店を選ぶときに重視する点では、「雰囲気落ち着いている」「長居しやすい」が多くなっています。円卓カフェ運営の参考にします。

きれいで安全安心なまちにする【環境事業】

環境部会の活動

環境部会 金子 誠治

新春のお慶びを申し上げます。

昨年は環境部会の活動に関し大変お世話になり有難うございます。本年も変わらぬご支援を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

◇環境美化

①空き家対策

放置された空き家には、管理できていない植栽があり、雑草や樹木の繁茂、犯罪の誘発する防犯、防災の不安等と、近隣の良好な生活環境を阻害する地域全体の問題です。

地域住民も対策を考え、市と連携して可能な範囲で取り組めたらと考えています。

②ニュータウン一斉清掃（令和5年12月3日（日）AM9～）

ニュータウンの住宅周辺・公園廻りの一斉清掃に、ご協力ありがとうございました。

落ち葉が一番多い時期ですが、今年は暖冬でもあり、樹木（いちよう）には落ちる葉が残っており、夕方にはもうあちこちに落ち葉が見られました。なんとなくがっかりです。当日は好天で、風もなく作業はすすめやすく、それぞれの場所で汗をかいて頂き、写真のように綺麗になりました。

ありがとうございました。



③公園の清掃

（大野第2・第3・第4・第5公園の4カ所を毎月、第2水曜日 AM8時～）

綺麗でだれもが安心して自由に遊び、育ち、学び会える清潔で安全な広場として活用できるよう清掃を行っています。

秋も深まった季節の植物は、子孫を残すために沢山の種子を飛び散らします。

風に乗って遠くに飛んで散るもの、自分ではじけて飛んで散るものとさまざまです。

その中で、やっかいなのが「ひっつき虫」ともいう、人の服にくっつく種子の植物に悩まされながらの作業です。（笑笑）

◇これまでに市等に提案して実現した事柄

①ひと休みベンチ

コノミヤと松源の間に「ひと休みベンチ」の設置が実現しました。

②点字ブロックの修復

南中学校校門前の傷んでいた点字ブロックが修復されました。

③郵便ポストの新設

コノミヤの南側に郵便ポストが新設されました。

④狭山ニュータウン西交差点の交通量等調査

この調査結果を市に報告し、交通行政に役立てていただきました。

（大型車の規制に寄与）



以上のような円卓会議だけでは実現が困難な事柄はまだまだあると思います。ご提案ください。検討の上、市等に提案したいと思います。

防犯・防災部会の活動

（防犯防災部会）齊藤 恭久

初めに

新年早々、大きな自然災害と大きな人為事故が起きました。
被災された方々にお見舞い申し上げます。

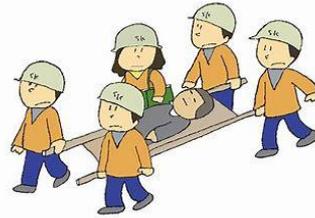
●地震

地震の発生は防ぎようがありませんが、被害を最小化する方法（特に人的被害）はあると考えています。

災害は起こるものと考え、普段から対策を準備しておくことです。

自分でできる対策

1. 家族間の安否確認方法の確認
2. 避難場所と避難方法の確認
3. 最小限の水や食料の備蓄（1週間分）
4. 非常持ち出し袋の準備
5. 普段からの対策情報の収集
6. 防災訓練への積極的な参加
7. 家具の置き方に工夫をする。
8. 共助の話し合いをしておく。
9. その他



●一方の事故は、人為ミスのようにです。

これを防ぐのは、常に初心に帰り、ルールを守ることです。

◇青色防犯パトロール

毎週3回（火・水・金）小学校低学年児童の下校時刻に合わせて、青色防犯パトロールを実施しています。



◇ひったくり防止カバー取り付け

黒山警察より2名・市危機管理室より2名・南交番より1名・南中円卓会議より13名 計18名にて12月4日（月）10時30分より「ひったくり防止カバー」150枚の取り付け・交換をコノミヤ・松源前に行ないました。

ひったくりは、自己防衛で防ぐことができます。

ひったくり防止カバーもその一つです。一人でも多くの方が取り付け、犯罪を減らしましょう。



◇防災訓練

24年度中に行われる防災訓練については情報が入り次第、お知らせします。

元気クラブの活動

元気クラブ (中谷 三友紀)

10月3日(火)に「第23期元気クラブ」を開講し、受講者80名が事故もなく元気に参加されています。羽曳野市にある島田病院併設のヴィゴラスから健康運動指導士を迎え、無理のない手軽にできるストレッチ体操を継続しています。

これからも身体機能が向上して「こけにくい身体をつくる」こと、健康の維持促進を目的として元気クラブを進めてまいります。

また、楽しく交流できるので参加者同士の一体感が生まれています。



ストレッチ体操の効用

参加者から

- ① 毎週ここに来るのが楽しみ
 - ② 苦痛なく歩けるようになった。
- と効用の話を聞きますが、
体調が悪くなったとの話は聞いていません。



ストレッチの効果

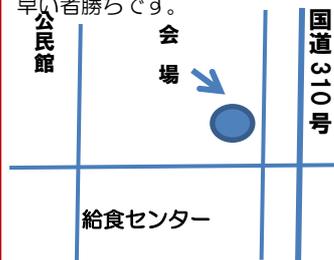
- 1. 柔軟性の維持・向上
- 2. 血液循環の向上
- 3. 傷害予防
- 4. 疲労回復の促進
- 5. 疼痛の軽減
- 6. リラクゼーション
- 7. 筋肥大
- 8. 筋委縮の抑制

このような効果を得るには、短時間でイイから毎日続けるのが大切です。

わたしたちは・南中円卓会議・を応援しています

フレッシュ朝市

毎週 日曜日
午前8時から12時開催
地元農家が作った自慢の新鮮な
野菜・お米・果物
がずらりと並びます。
早い者勝ちです。



狭山ニュータウン・この町を
とてもよく知る、安心できる

不動産屋です

地域とともにあゆむ

南栄商事

昭和49年創業
近大病院の北100メートル

大阪狭山市大野台 3-27-7
TEL 072-366-3600
FAX 072-366-3678

<http://www.nanei-realty.com/>

花 旬菜 椿

HANA-TSUBAKI

旬菜「花椿」 駐車場 170台
営業時間 11:00~22:30

※オーダーストップ 22:00 ※宴会対応不可 [土・日・祝 18:00以降]
※営業時間の変更・短縮となる場合がございます

TEL 072-289-6512

大阪狭山市東野西 2丁目837
虹の湯 大阪狭山店内

ソフトドリンク無料券

有効期限 2024年12月末日
・大阪狭山店のみご利用可能
・本券1枚につき2名様まで
・他特典との使用不可

地域コミュニティ部会

地域コミュニティ部会 菊谷 英一

第14回陶器山元気ウォーキングにつきましては、令和6年3月23日(土)南第二小学校を起点として実施すべく準備を進めており、2月初めには自治会を通じて開催チラシを配布させていただく予定です。

今回は、長く続いたコロナ明けということもあり、大いに期待はしていたものの、あいにくの大雨にたたられ、結果として規模を縮小せざるを得ませんでした。

今回は、コロナ禍もさらに落ち着いてきているようですので、皆様方のご理解とご協力をいただきながら、久々の素晴らしい大会にしたいと思っておりますので、よろしくお願い致します(詳しくはチラシを参照ください)

【第14回陶器山元気ウォーキングコース予定】

コースは、

- ① ミニコース：南第二小学校 →大野台8公園前→陶器山トンネル上休憩所→大野台8公園前→南第二小学校 (約2.7km)
- ② ハーフコース：南第二小学校→西山霊園→大野西→榎塚台4丁3番→泉北緑地→桃山学院教育大学東→陶器山トンネル上休憩所→大野台8公園前→南第二小学校 (約4.3km)
- ③ フルコース：南第二小学校→西山霊園→大野西→榎塚台4丁3番→泉北緑地→かもしか公園→晴美公園→晴美南自治会館前→はるみ小学校北西角→あまの街道→陶器山トンネル上休憩所大野台8公園前→南第二小学校 (約6.6km)

の3コースです。

【注意事項】

- 1. 体力に応じたコースを選択してください。
- 2. 各自責任を持って当日の健康状態を確認してください。
- 3. 本大会は傷害保険に加入していますが、不慮の事故に対しては保険の範囲以外の補償はできません。
- 4. トイレは、「西山霊園」「晴美公園」「陶器山トンネル上」にしかありません。
- 5. 先導するスタッフを追い越さないでください。
- 6. 途中で棄権される方、ゴールを断念される方はピンクのジャケットを着用しているスタッフに申し出てください。

過去のウォーキング



わたしたちは・南中円卓会議・を応援しています



アットホームな
フランス料理

- ・ ランチコース ¥1,600~
- ・ デイナーコース ¥3,400~
- ・ お弁当 ¥2,000~

大阪狭山市大野台 1-25-16

TEL:072-367-6699

www2.ocn.ne.jp/~tortue

いけだ歯科

院長 池田 剛久

○診察時間

午前 9:30~午後 1:00
午後 2:30~8:30(土 5:30まで)

● 往診いたします。

	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	●	●	●
午後	●	●	●	●	●	●

○大阪狭山市今熊 1-58-3

タカンドビル1階 駐車場あり

TEL 072-367-0888

西山台の赤提灯
炭火やきとり

まごころ

大山の地鶏に

まごころの焼酎

◆営業 17:30~23:00

◆定休日 毎週火曜日

☎ 367-0102

西山台3丁目5-7
南第一小学校バス停
(上島医院向い)

手作りパン工房



心のこもった
パンケーキ
ジェラトトッスタ!

★営業時間 8:30~19:00

★モーニング 9:00~11:00

★ランチ 11:30~15:00

休日:日曜

☎ 072-367-9552

大阪狭山市大野台 4-2-2

南海金剛駅からバス

停「近大病院前」下車スグ

今回は狭山ニュータウン自治会です。

活動状況です。

1.清掃活動

- ①市内一斉美化清掃（2023年5月）
- ②地域一斉美化清掃（2023年12月）
- ③バス停清掃（1回/月）せいだんクラブ

2.防犯活動

- ①小学生登校時の見守り
- ②防犯カメラ維持（34台）
- ③青色防犯パトロール（3回/月）
- ④年末夜警（2023年12月）

3 防災活動

- ①地域総合防災訓練（2023年11月）
公団、さくら会と共同（会場：南第一小学校）
- ②安否確認（2024年2月）
- ③救命講習会（AED・心肺蘇生法、2023年10月）

4.福祉活動

- ①会食会・ふれあいサロン（1回/月）
- ②いきいき百歳体操

5.親睦活動

- ①地区食事会（不定期）
- ②すすかけ喫茶（1回/月）
- ③歌声サロン（1回/月）
- ④クリスマスコンサート
- ⑤夏祭り（2023年8月）

6.広報活動

- ①広報誌すすかけの発行（1回/月）

7.その他

活動を支える各種会議

夏祭りの様子



地域総合防災訓練の実施項目

- ①煙避難訓練
- ②消火器取り扱い訓練
- ③車中泊デモ
- ④車いす訓練
- ⑤圧迫止血、骨折
（応急処置訓練）
- ⑥負傷者応急搬送訓練
- ⑦要支援者避難介助訓練
- ⑧炊き出し訓練
- ⑨DVD映像で防災学習
- ⑩防災倉庫にある資器材の紹介
- 訓練の講評（消防署）



実際の災害時には、訓練のようにスムーズには処理できないと思いますが訓練を積んでおくことで混乱は避けられます。

わたしたちは・南中円卓会議・を応援しています



社会福祉法人 簡修会



大野台こども園

〒589-0023
大阪狭山市大野台3-23-1
TEL 072-366-8957 FAX 072-368-2395
平成31年4月現在位置へ移転
219名定員 職員数40名



つぼみこども園

〒589-0012
阪狭山市東茱萸木3-2283-1
TEL 072-367-3344 FAX 072-367-3544
平成14年4月設立
120名定員 職員数31名



社会医療法人 さくら会

救急指定病院

さくら会病院



脳神経外科・整形外科・内科・リハビリテーション科
外科・神経内科・形成外科・放射線科

簡易脳ドック（土/日対応可） 随時予約受付中

〒589-0011 大阪狭山市半田5丁目2610-1
TEL: 072-366-5757

お知らせ



楽しく運動して、
 軽快に歩ける身体をつくりませんか
元気クラブ第24期生募集要項
 (令和6年4月～令和6年9月)

開催日：4月2日(火)以降の火曜日
月4回予定
 時刻：10:00～11:30
 場所：市立コミュニティセンター4階大会議室
 応募条件：大阪狭山市立南中学校区内に
 お住まいの65歳以上の方
 募集人員：80名(応募多数時は抽選、新規の方
 を優先)スタッフの高齢化のため参加
 人数の見直しもあります。
 受付場所：「サロンみらい」
 受付期間：2月13日(火)～15日(木)
 の午後1時30分～4時00分
 参加料：6か月分3,000円
 申込方法：「サロンみらい」に備えている
 申込書で申し込みください。
 問合せ先：NPO法人南中円卓会議
 大阪狭山市大野台2-1-58(ハーティ地階)
 電話&FAX：072-368-1616

円卓カフェ

オープン曜日：月曜日～金曜日
 オープン時間：13:30～15:30
 場所：マツゲンの地下

『とっても美味しいコーヒー』がお待ちしております。
 お友達との団らんに気楽にご利用ください。

サロンみらいカフェは「地域住民の交流の場」及
 び「南中学校区の住民によるまちづくり活動の拠点」
 として位置付けられています。

その活動の原資は、主に大阪狭山市から特定非営利
 活動法人(NPO法人)南中円卓会議への交付金で賄
 われています。



編集後記



今回の能登半島地震の被災地で盗難等の犯罪が発生しているようです。
 聞かたびに悲しくなります。犯罪者に対しては、法律で、厳罰に処すべきです。
 一方、手弁当でボランティア活動をされる方が多くおられます。
 頭が下がります。尊敬します。

わたしたちは・南中円卓会議・を応援しています

内科 神経内科 医療法人 上島医院
 心療内科 精神科

南大阪睡眠医療センター・精神科デイ・ナイトケアセンター

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝	デイケア	9:30～16:00
9:30～14:00	○	○	○	休	○	△	休	ナイトケア	16:00～20:00
						～12:30			
17:00～20:00	○	休	○	休	○	休	休	土曜日のみ	9:15～15:15

TEL 072-365-8118

初診の方はお電話下さい
 TEL 072-365-6579

西口4番バス停乗り場より
 「南第一小学校前」下車すぐ

大阪狭山市・堺市美原区歯科医師会会員



いわもと歯科

院長 岩本 孝弘

大阪狭山市大野台2-13-1 TEL:072-360-0648

センヤ歯科医院

院長 泉谷 欣也 <http://www.senyadental.com>

大阪狭山市西山台2-13-14 TEL:072-368-0288

医療法人 **片岡歯科医院**

院長 片岡 晋悟 <http://www.kataokadc.com/>

大阪狭山市西山台1-13-9 TEL:072-365-4173