

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

2025 年 2 月
第 64 号

2025 年の新年に思うこと

NPO 法人南中円卓会議 理事長 菊屋 英一

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、社会を震撼させたコロナ禍も、昨年 5 月の 5 類移行後は、感染者はなくなってはいないものの、我々の生活は概ね流行前の姿に戻りつつあるように感じられます。

しかし、数年にわたり生活のほぼ全ての部分において行動が制限され、人と人とのつながりが、以前にも増して希薄になった結果、人々の社会生活を送る上での意識は大きく変化したように思います。

最近、新聞等において自治会や PTA など、地域団体の現状や課題等についての記事が取り上げられていますが、我が大阪狭山市内の団体においても同様の事例が起きているようです。

中でも、自治会に関わる事例では、

- ① 今までやってきた事業を必要最小限に縮小してはどうか？
- ② どうしても必要ならばどこかに業務委託してはどうか？
- ③ 自治会を解散してはどうか？
- ④ それがダメなら、自分は自治会を脱退する

などの意見が出され全体での議論もないままに、単独行動を起こすということもあるようです。これら行動の根底には、自治会の役員に「なる気はあるが、なれない。なりたくない」ということだと思われます。中には、「我々は忙しいので時間的に余裕のある高齢者に頑張ってもらえばいい」という意見も聞こえてきます。

自治会が縮小あるいは無くなってもいいのでしょうか？

（つづく）



第 64 号の主な内容

1～2 頁・・・2025 年新年に思うこと

3～7 頁・・・部会報告

◇環境部会 ◇防犯防災部会

◇元気クラブ

◇カフェ「みらい」

8 頁・・・お知らせ

◇元気クラブ募集

◇陶器山ウォーキング

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

サロンのみらい
（ハーティ・地階）

大阪狭山市大野台 2-1-60

TEL & FAX :

072-368-1626

e-Mail :

nancyuu@bloom.ocn.ne.jp

URL :

<http://nancyuu.com/>

自治会は、生活する上での一番頼りになる「一番身近な組織」だと思います。
反面そのことが、逆に近すぎて「煩わしい」と感じる人もいるのかもしれませんが。

現実には、役員が中心となってもすれば煩わしさのともなう活動を人知れず行っています。

- ①市役所の各種施策の実施に際して情報提供を含む地域調整、窓口としての対応
- ②生活圏域内の環境整備
- ③隣近所のトラブル解決のサポート
- ④子どもの見守り
- ⑤高齢者の見守り
- ⑥自治会活動の必要性についての啓発活動
- ⑦住民の生命財産に関わる防災・防犯活動の企画・立案



- ⑧それぞれの自治会独自の住民参加のお祭りなどの親睦活動や各種行事 等

これらの結果として、地域住民の生活の安寧が保たれていると言っても過言ではないと思います。

まさに、地域住民にとっては、生活する上で、なくてはならない大切な組織であるとも言えますが、その活動や役割の全体像が住民の方々に充分理解されていないという実態があります。

自主防災組織は、自治会が母体となって設立されているものであり、実質的に自治会がなくては動かない組織です。その他の自治会関係団体もほぼ同様の事が言えると思われます。民生委員、青少年指導委員等の市の関係団体の構成員の多くも、自治会の推薦で成り立っているということもご理解いただきたいと思います。

このような自治会の活動や役割の全体像を理解しないままに、自分が必要性を感じないからと言って自治会の機能やその必要性を否定してしまっていないだろうか？

また、その必要性を理解すべく努力しているのだろうか？

さらには、「私はできないけれども誰かがやってくれるだろう」と安易に思っていないだろうか？ など、ここで一度立ち止まって、じっくりと考えていただければと思います。

自治会活動に参加することは、見方を変えれば、起こるのか、起こらないのか分からない事故や災害に備えて皆様方が、保険をかけることと同じだと考えます。

もし自治会が無くなった場合、その役割をだれが担うのか。

例えば市役所であれば、新たな市民との関係性を再構築する必要に迫られ、その結果として、市の負担が増えることになれば、当然それは税金に及んできます。

このように、市民を含めた市全体に及ぼす影響について、自分ごととして考えていただきたいと思います。

また、自治会の役員に対し、あの人たちは好きでやっている」のだと考え、[しんどいこと]を「その人に押し付けることは、頑張る人に対して極めて失礼なことになってはいないだろうか、など改めて問い直すことも必要ではないでしょうか。

自治会も一旦無くなってしまうえば、人は楽な方に流れやすいということもあり、将来「やっぱり自治会は必要だ」となった場合でも、少なからず負担に感じる以上、再度の立ち上げは非常に困難だと言わざるを得ません。従って、地域社会の将来を考える時、大切な自治会を守り続ける努力を継続することが、喫緊の課題であると考えます。

もうひとつの大きな問題は、今まで自治会を支えてきた人材の高齢化です。

自治会の長い歴史の中で、その必要性を理解した先輩方は、これまで、自らの大切な時間を割きながら地域住民のために自治会を守ってこられました。今では、自治会を実質的に支えているのは私も含め団塊の世代前後の高齢者が大半だと思います。当然、その方々は既に80歳近くになっており、活動できる人も時間、気力、体力の面からしても自ずと限界があると思います。

以上、縷々申し上げましたが、これらの問題は本当に差し迫った状況に立ち至っており、このまま放置できない状況です。

皆様方の自治会活動への参加がすべての市民が「お互いに支えあう社会」を築いて行くための第一歩になると信じています。

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

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。

○ 花いっぱい運動

●チェリーセージ剪定

南第一小学校～南第二小学校区間（令和６年１０月３１日（木）AM8～）

綺麗なまちづくりの一つとして、幹線道路の街路樹根元に柵を設け、その中にチェリーセージを植えた「花いっぱい運動」を展開しています。

今回も南中円卓関連、地域の皆さまのご協力を頂き、剪定作業を実施致しました。



○ ニュータウン地域一斉清掃（令和６年１２月１日（日）AM8～）

ニュータウン地域の街路樹の落ち葉・公園廻りの一斉清掃に、ご協力ありがとうございました。

当日は好天に恵まれ、私たちが暮らす地域を安全で安心な住みよい街であるため、地域住民の皆さまのご協力により、すっきりと綺麗になりました。

残念ながら、今回の一時集積場所には、対象外の家ごみ・樹木切り枝等が含まれていました。次回に向け清掃内容のご協力をよろしくお願い申し上げます。

○ 危険個所の調査と改善提案

●安全な道路環境、歩道について”

歩行者が安心して通行できる歩道を目指す舗装改善について、市と協議を進めて参り、下記部分の工事について、今期予算にて実施するとの回答を頂く事となりました。

1、「マツゲン前の歩道」

現在の樹木と、その植樹帯コンクリートを撤去し、歩道の拡幅工事を、関西みらい銀行前の歩道と同じ仕様に復旧。

2、「南第一小学校～西山台３丁目南交差点区間」

隆起部分の舗装打替工事。



安全・安心を守る【防犯防災事業】

◇防災・防犯部会の活動

(防災・防犯部会) 斎藤 恭久

○ ひったくり防止カバーの取り付け

12月9日(月) コノミヤ、松源前にて、市危機管理室より2名、黒山警察署より1名、南中円卓会議防犯・防災部員9名 計12名にて自転車及び50ccバイクにひったくり防止カバー133枚を取り付けました。

ひったくり等の犯罪が1件でも少なくなればいいのですが!!

○ 青色防犯パトロール

青色防犯パトロールを週3回(火、水、金)小学生の下校時間に合わせて実施しています。

青パトに同乗して一緒に防犯活動してくれる人を募集しています。!!

○ 阿武山地震観測所見学会

11月2日(土) 高槻市にある京大阿武山地震観測所見学会を実施しました。(防災関係者23名が参加)

地震学の歩み(講義)、歴代地震計及び観測所内見学を行い地震学について学びました。

改めて防災意識の向上につながればと思います。



○ 南中3年生を対象にHUG訓練

11月7日(木) 南中学校生156名を対象に、先生方と南中円卓会議防犯防災部会とでHUG(避難所運営ゲーム)研修を行いました。

生徒同志、避難者に対して体育館や教室の活用について悩み、困りながら相談しあい対応していました。その後の“振り返り”ではタブレットを使ってまとめを発表しました。

いろいろな実情を抱えた避難者への対応の難しさや避難所のイメージが分かった、そして発災への日頃の備えが必要等々の発表があり、防災への意識向上に繋がったものと思います。

●11月16日 市議会議場にて「こども未来フォーラム」が開催され(市内の小・中学校10校参加)

南中学校生より、災害時の中学生のサポートの大切さについて話があり「地域住民とともに行う防災学習」の提案がありました。



安全・安心を守る【防犯防災事業】Ⅱ

- 令和5年度に実施された各自主防災組織の訓練の一覧です。
今後も実施されると思いますので皆さん参加しましょう。

防災訓練（市のホームページより）

日 時	実施主体 (地区自主防災組織)	場 所	訓 練 内 容
6月4日（日）	大野台3丁目	ロケット公園	防災運動会（バケツリレー、防 災担架リレー）
6月15日（木）	大野台一丁目		緊急地震速報訓練に伴うシェイクアウト訓練 50名
7月9日（日）	狭山ニュータウン	すすかけ会館	地域一時避難場所開設運営訓練 30名
8月6日（日）	大野台3丁目	自治会館	備蓄食試食会 30名
8月31日（木）	大野台一丁目	兵庫県広域防災センター	研修 20名
9月13日（日）	大野台4丁目	堺市総合防災 センター	研修 12名
9月17日（日）	狭山ニュータウン	すすかけ会館	避難所開設運営訓練 20名
10月10日（火）	狭山ニュータウン	すすかけ会館	救命講習（胸骨圧迫とAEDの使い方） 40名
10月22日（日）	大野台7丁目	堺市総合防災 センター 及び 第11公園	研修及び炊出し訓練
10月24・25日	大野台一丁目	自治会館	炊出し訓練 計34名
10月29日（日）	大野台7丁目	自治会館	炊出し訓練 20名
11月12日（日）	大野台5・6丁目	大野台第8公演	防災フェスタ
11月26日（日）	南第一小学校区	南第一小学校	総合防災訓練200名



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.naneirealty.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・短期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 2025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

元気を保つ【コミュニティ醸成事業】

◇ストレッチ体操

————— 大変人気のある「元気クラブ」について —————

「元気クラブ」で行っている体操は、65歳以上の方を対象とした椅子に座って行うストレッチです。

このストレッチは、円卓会議の事業の中で最も人気があります。

会場や人員の関係で現在60名の方しか参加していただけないのが残念なことです。

改めて元気クラブについて

○ 元気クラブのストレッチは役立っているか？

元気クラブの参加者から

①毎週火曜日にここへ来るのが楽しみ。

②苦痛なく歩けるようになった。

との感想が多く、役立っていると思っています。

一方、元気クラブに参加して体調が悪くなったという話は今のところ聞いていません。

○ 右図はストレッチの効果とされています。

柔軟性の向上は、関節や筋肉が伸びると、体が柔らかくなります。

血行促進は、血行が良くなると代謝がアップするため、老廃物が排出されやすくなります。

筋肉にたまった乳酸の排出を促す効果が期待でき疲労回復に役立ちます。

筋温や体温が上がると体の冷えを軽減できるため、肩こりや腰痛改善も期待できます。

関節痛の軽減 ストレッチによって伸ばしたりほぐしたりすることで、痛みを和らげる効果が期待できます。

姿勢が良くなる ストレッチは筋肉を柔らかくほぐすことを目的とした運動ですが、インナーマッスルを鍛えることで正しい姿勢を維持しやすくなります。

メンタル強化 感情をコントロールする働きがある「セロトニン」が分泌されます。



ストレッチの効果

1. 柔軟性の維持・向上
2. 血行促進
3. 疲労回復
4. 肩こり・腰痛の軽減
5. 関節痛の軽減
6. メンタル強化
7. 自律神経の乱れを軽減
8. 姿勢がよくなる



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~
- ・ディナーコース ¥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/torutue
www.ocn.ne.jp

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

☎ 072-367-0102

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
ジュースなど

★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

◇円卓「みらい」(＝サロン「みらい」) について

円卓「みらい」は、コミュニティカフェです。

○ コミュニティカフェの役割

コミュニティカフェとはどんなものなのでしょうか？

コミュニティカフェは「地域の人たちが集まり、交流する場としての役割を果たしているカフェのことです。

円卓カフェ「みらい」は、コミュニティカフェです。

これまで、絵画、写真、木工などの作品を展示や市民の関心の深いテーマについてミニ講演会を開いたりして 30 人/日の来場者がありましたが、コロナ以降は激減してます。

道端やスーパーの中で話し合っただけをよみかけます。

ちょっと足を伸ばせば円卓「カフェ」があります。

椅子に座ってゆっくりとお話しされてはいかがですか？

飲み物も用意しております。



ハーティーの地階

「100 均 ダイソー」の向かい

円卓カフェ「みらい」をご利用されるみなさんに次のことをお願いしています。

- ・ 入場時に設置の用紙にお名前をご記入ください。市へ利用者数の報告に使います（名前は報告しません）
- ・ 協力金 100 円をお願いします。
この協力金はカフェをより充実させるために活用します。
- ・ セミ・セルフサービスを基本にしています。
可能な方はできるだけ協力ください。
- ・ 混雑している場合は、席を譲り合って多くの方が利用できるように願います。
- ・ 騒音や飲食など、周囲に迷惑になる行為はご遠慮願います。



○ 利用者が大変少なくなっています。

午後のひと時を円卓カフェでのんびりとお過ごし下さい。

毎週 月曜～金曜日の 13:30～15:30 の間、開場しています。

わたしたちは・南中円卓会議・をおうえんしています



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
阪狭山市東栄木 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26期生募集要項

(令和7年4月～令和7年9月)

開催日：4月1日(火)～9月30日(火)

間の 第1～第4火曜日の4回

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：60名

(応募多数時は抽選、新規の方を優先)

受付場所：サロン「みらい」

受付期間：2月18日(火)～20日(木)

の午後1時30分～15時

参加料：6か月分3,000円(初日に頂戴します)

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

第15回陶器山元気ウォーキング

令和7年3月29日(土)、南第三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。

今回も、皆様方ご理解とご協力をいただきながら、素晴らしい大会にしたいと思っておりますので、よろしくお願いします。



感染症 インフルエンザが流行っています。感染対策をしましょう。

- 外から帰ったときは、「手洗い」をする。
- 室内の乾燥に気を付け、適度な湿度を保つ
- 日ごろから十分な栄養や睡眠をとる。
- 流行期間中は、人ごみを避ける。
- 人込みに入る場合には、不織布(ふしょくふ)製マスクを着用する。
- ★ ワクチン接種
65歳以上の方には費用の一部補助される。

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
9:30～14:00	○	○	○	休	○	△	休
17:00～20:00	○	休	○	休	○	休	休

ディケア 9:30～16:00
ナイトケア 16:00～20:00
土曜日のみ 9:15～15:15
ディケア専用 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
大阪狭山市西山台 1-24-20 http://uechima-in.com/

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:072-360-064

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