

## < 回覧版 >

# 北町内会だより

2019年 10月 1日 (第71号)

発行責任者：恵み野北町内会会長

編集：恵み野北町内会総務部

連絡先：TEL 37-2326

FAX 37-7800

URL：http://megumino-kita.net/

### 健康学習会…血压予防と指ヨガ

『ネットワーク夢』の出前講座が9月18日(水)午前10時から北町内会館で開かれました。

いつものように恵庭市保健センターの桑原・大橋両保健師さんによる血压と体脂肪の無料測定の後、桑原保健師さんから「血压の予防」についてお話をして頂きました。今年の春のガイドラインの見直しにより正常血压の最高・最低値が少し厳しくなったということで、市民の受診結果では少し高い方が多いと教えられました。高カロリーの食事やエネルギーを燃やさない運動そしてストレス。こうした生活習慣が高血压となり、合併症などの要因となります。また、血压計の選び方から正しい測り方まで優しく教えて頂きました。

つづいて龍村式指ヨガマスターインストラクターの本多健児さんから「指ヨガ健康法」を学びました。脚は第2の心臓・手は脳の縮図と言われ、手の平・甲のツボにヨガ二気を与えることにより、認知症・寝たきり予防などの健康体維持が誰でも・いつでも・どこでも出来るということを十分理解でき、大変勉強になりました。



血压・体脂肪測定



桑原・大橋両保健師さん



本多健児インストラクター

### 第3回 パークゴルフ大会

体育部長 盛 和彦

9月8日(日)、北町内会第3回パークゴルフ大会が、19名(男性14名、女性5名、)の会員が参加され、恵庭中央PG場にて開催されました。(体育部長・副部長は参加せず見守り)

曇り空でしたが気温はさほど高くなく、良い環境の中でのプレーとなりました。ただ残念なことは、ラフの芝が雨の影響で濡れており、また芝が長いので打ちづらいという声がありました。

今回は女性にハンディ5をつけた男女混合の大会でした。結果は以下のとおりです。

優勝	林 吉明さん (2丁目)	110	4位	西村 一幸さん (2丁目)	123
2位	辻 一男さん (2丁目)	117	5位	高本 強さん (2丁目)	125
3位	藤江 惇普さん (3丁目)	120			

夕方17時より表彰式と懇親会が行われ、今年1年を振り返ったり来年度の意気込みを語り合いました。



## 逢うは別れの・・・イトヨーカドーさん、37年間ありがとう!

会長 渡邊 三好

昭和54年(1979)、新しい恵み野ニュータウンの分譲が始まり、環境の良さと生活の利便に見渡すかぎりの田園風景が、見る見るうちに人々の暮らしの街に伸びていきました。

3年後の昭和57年(1982)に、地区の玄関ともいえる国鉄千歳線恵み野駅が開業しましたが、実はその1年前に、商店街の顔としていち早く大型ショッピングセンターのイトヨーカドーが誕生しており、駅はその横に建てられた訳です。当時を知る北町内会の古老の思い出によりますと、「朝起きて窓を開けると、それこそヨーカドーと恵み野駅の巨大な姿しかなく、じっと見ていると目の前に迫ってくる感じがしたね」とのことです。

イトヨーカドーはそれ以来今日まで、専門店を含めた豊富な品揃えと文化的な催事などで、住民の暮らしの糧、憩いの場所として親しまれて来ましたが、一昨日の9月29日で37年間の幕を閉じました。

時代の流れとはいえ、逢うは別れのはじめとは・・・別れることはつらいけど・・・の淋しさを感じつつ、心に一杯の思い出を詰めて、37年間ヨーカドーさん

ありがとうとお礼を贈ります。

私の個人の思い出です。いま毎日前に、”FMパンプキン”という放送局平成18年(2006)3月から3年間、旧道



放送されているFMラジオ”e-niwa”の

があったことをご存知でしょうか。

ながら放送していましたが、不慮の火災によるもらい火を受けて全焼し、閉局せざるを得なくなりました。そしてその後新しく”e-niwa”が誕生して現在に至っています。

の漁町通りのスタジオから皆さんに愛さ

その前の平成16年(2004)から2年間、FMラジオの免許を取得するために数百メートルの範囲しか届かないミニスタジオを設け、毎月1回番組を生放送した舞台がイトヨーカドーでした。南口を入ってすぐの飲食店ぽっぽさんとフラワーショップの間、猫の額ほどのスペースにスタジオを設けて、11時から午後3時までの4時間、毎回恵庭の話題を中心に数人のゲストを迎えて賑やかなひと時を、ニュースやリクエスト曲などをふんだんに織り込んで、お年寄りからお子さんまで皆さんに楽しんで頂いたものです。

私は放送局での現役体験を生かして平成13年(2001)の準備委員会発足から携わりました。イトヨーカドーでのミニ放送では、プログラム作成からゲストの人選、出演交渉、プロデュースからアナウンスまで一人で何役もこなし、正式免許を頂いた平成18年(2006)3月8日、漁町の旧店舗を改装したスタジオで豊栄神社宮司さんの”いや栄え”の祝詞につづいて、開局の第一声を放送したあの感激は今でも昨日のこのように蘇り、改めて2年間のイトヨーカドーミニスタジオの経験がその源であったことを確信し、感謝の気持ちが湧いてきます。

皆さんにもきっと色々の思い出があることと思います。今後どんな新しい顔が誕生するのか楽しみです、「イトヨーカドーさん、37年間ありがとう!」とエールをおくります。

### 〈お知らせ〉

- 今月から恵み野団地中央線の恵み野会館からローソン間で歩道バリアフリー工事が行われます。またセイコーマートから恵み野会館の間が街路樹剪定や間引き作業が行われ、街路樹にピンクのリボンが巻いてあるのが対象で、街の美観や交通安全上にも役立つということです。

## ネットワーク夢ハートだより

リーダー 山田 利喜夫

9月16日は「敬老の日」でしたが、日本全国で100歳以上の長寿者が7万人を超えて、71,274人とのこと。今年度中でも37,000人増え、このうち女性が32,000人と8割、まさに女性上位の日本社会の現状です。

恵庭市では、今年度中の100歳長寿者が23人おられ、原田市長からお祝いを受けられました。

北町内では、5丁目にお住まいの男性が間もなく100歳とされます。市長表彰は来年となります。

なお、わが国の最高齢は世界最高齢(ギネス公式認定)でもある女性の田中力子さん(福岡市)、116歳。男性は112歳の渡辺智哲さん(北海道足寄町)です。

- ❖ 「第88回シネマサロン」10月12日(土)13時から北町内会館での開催。  
上映作品は世界のクロサワ、黒沢明監督の遺作となった「まあだだよ」です。  
松村達雄さんが内田百閒を演じ、教え子達相手に笑いとペーソスを交えた異色作です。

- ❖ 「楽遊会」10月19日(土)14時から、会場は“Jikeiれすとらん MEGUMINO”にて  
胆振東部地震復興支援チャリティ「ギターとマンドリン」アンサンブルカルマーレ(札幌)の演奏。  
ご来場の北町内会員の方、ドリンクとケーキセットがあります。別添の回覧でお申し込み下さい。

### 〈今月の朗報〉

- ☺ 恵庭市民ソフトボール大会女子で、恵み野中と恵み野中OGともに準決勝で敗退。
- ☺ 第9回小学生ふるさと景観絵画コンクールに工藤詩織さん(5丁目)が佳作入賞。

## 防災対策隊第4回研修会…恵庭市総合防災訓練に参加

9月4日(水)、桜町多目的広場において、4年に一度開催される市総合防災訓練が行われ、参加した関係機関・団体数は、消防、警察、自衛隊、各協会、連合会など53、人数は住民参加訓練の約200名に、関係機関・団体、見学者を加え約600名の方が集まりました。北町内会防災対策隊からは住民参加訓練に4名、訓練見学に1名参加。

午前中は、原田市長の開会挨拶に続き、シェイクアウト、災害対策本部会議の訓練が行われました。その後、各町内会の訓練参加者が3グループに分かれ、水防訓練の見学、応急給水、応急手当、煙・消化訓練、降雨・強風体験などを行いました。

午後からは、建設業協会、警察、消防、自衛隊などによる大規模地震を想定した救助活動訓練が行われ、災害時の地域・関係機関による連携活動の様子、防災機材・車両のデモンストレーションを見学しました。



災害対策本部の会議



応急給水



自衛隊による600人分の炊き出し



道警ヘリによる重傷者搬送

駒場体育館では、避難所開設・運営訓練が行われましたが課題も多く、避難者を受け入れる初動対応の難しさを体感することができました。

災害時は、町内会(自主防災活動)や防災関係機関による「共助」「公助」の連携が必要です。しかし、それすらも機能しない大規模な災害が生じています(東日本大震災、北海道南西沖地震)。自分を守る「自助」と、地域との関わりを考えさせられた防災訓練でした。

### 町内会からの **お願い!** と **お礼**

脳トレ活性に大いに役立てようと、「マージャン愛好会」が活動しています。ご家庭で眠っている“麻雀卓”がございましたら、ぜひご寄贈下さい。麻雀に使用可能なこたつ用テーブルでも可です。どうぞ、お願いいたします。山田(36-3158)または松岡(37-0758)までお知らせを。私も参加したいと思われた方も、ご一報下さい。



~~~~~  
5丁目の会員さんが、碁盤と碁石一式を寄贈して下さいました。お礼申し上げます。



### ◎ 福祉部だより — ”敬老お祝い品“のお届け —

ご長寿のお祝いとして町内に在住する75歳以上の方に「敬老お祝い品」を9月7日(土)~16日(月)にお届けしました。本年中に75歳になる方も含め対象者は369名でした。期間中、該当するお宅を各丁目担当副部長がそれぞれ訪問して、「お祝い品」(369名)と「福祉便り」(290軒)をお渡ししながら、近況も確認させていただきました。また、該当者が入院中や施設入所の方には、ご家族にお祝い品を託しました。

### ◎ 女性部だより — 恵望園ボランティア活動 —

恒例の恵望園ボランティア活動を、9月11日(水)行いました。今回は2名の参加でしたが、一生懸命お手伝いさせていただきました。



北の夢文庫「みんなの図書館」 10月の開館日時 (都合でお休みする日もあります。)  
2日(水)、5日(土)、6日(日)、9日(水)、12日(土)、13日(日)、16日(水)、  
19日(土)、20日(日)、23日(水)、26日(土)、27日(日)、30日(水) 開館時間:午後1時~5時

# ☆ 北むつみ会

## — 窓拭きボランティア —

令和元年9月20日(金)8:30から、“北むつみ会”の「北町内会館窓拭きボランティア」が会員24名が参加されて行われ、おもに窓ガラスを中心にきれいにしていただきました。ありがとうございました。



### ◎ 今月の町内会の動き

| 月 日 (曜) 時間                  | 内 容                                | 場 所                  | 摘 要                |
|-----------------------------|------------------------------------|----------------------|--------------------|
| 10/1 (火)<br>" 14:00~        | 回覧版「北町内会だより」10月号発行<br>市町連自治活動研修会   | 漁川ダム                 | 会長                 |
| / 2 (水) 10:00~<br>" 18:00~  | 旭小第1回評議員・評価委員合同会議<br>恵庭花のまちづくり推進会議 | 旭小学校<br>市役所          | 会長・山田・塩野<br>会長     |
| / 6 (日) 18:00~              | 第1回区長会議                            | 北町内会館                | 会長・野沢・本間・区長        |
| / 10 (木) 18:00~<br>" 20:30~ | えにわ子育て応援隊講演会<br>同上講師池川先生を囲む会       | 市民会館<br>北町内会館        | 会長<br>会長ほか         |
| / 12 (土) 13:00~             | 第88回シネマサロン 「まあだだよ」鑑賞               | 北町内会館                | ネットワーク夢            |
| / 13 (日) 7:00~              | 北町内会「秋の一斉清掃」(予備日20日)               | 北町内全域                | 環境衛生部              |
| / 17 (木) 14:00~             | 成年後見支援センター講演会                      | 市民会館                 | 会長                 |
| / 18 (金)~20 (日)             | 集団資源回収                             | 北町内全域                | 環境衛生部              |
| / 19 (土) 9:00~<br>" 14:00~  | 健康ウォーキング<br>楽遊会「ギター・マンドリンコンサート」    | 恵み野周辺<br>Jikei レストラン | 体育部<br>ネットワーク夢     |
| / 20 (日) 13:00~<br>" 終了後~   | 第1回部長会議<br>10月度総務部会                | 北町内会館<br>"           | 四役・専門部長・相談役<br>総務部 |
| / 23 (水) 18:30~             | 10月度四役会議                           | 北町内会館                | 四役                 |
| / 27 (日) 9:00~<br>" 10:00~  | 防災対策隊第5回研修会バスツアー<br>北町内会「囲碁大会」     | 岩見沢・江別他<br>北町内会館     | 防災対策隊<br>文化厚生部     |
| / 28 (月) 17:00~             | 市町連40周年記念式典祝賀会                     | 市民会館                 | 会長                 |

### ◎ 新会員のご紹介

川崎 一人 様

8月1日入会

北4丁目

### 「集団資源回収」ご協力のお願い

環境衛生部

10月は **18日(金)** ⇒ 北6・7丁目 **19日(土)** ⇒ 北1・2丁目  
**20日(日)** ⇒ 北3・4・5丁目 --- 9時までにお出し下さい。---

回収品目 **紙製容器包装類**・**新聞紙**・**雑誌**・**段ボール**  
**紙パック**・**空瓶**・**古着**・**アルミ缶**

※ 詳しくは、お配りしたチラシ(ホームページにも掲載)をご覧ください。



編集部  
からの  
お願い

- ◎ 北町内会のあれこれ、意見・主張、子育て・介護の経験談、生徒・児童の活躍等を募集。
- ◎ 原稿は、氏名・連絡先を記載し、北町内会館のポストへ投函か、FAXでお願いします。
- ◎ メール chounaikai@megumino-kita.net もご利用頂けます。(担当 平山)