

粟生

粟生第2住宅
自治会ニュース
第77号
発行 自治会
編集 広報部

より住みやすい環境に!

管理組合・自治会連絡会開かる

管理組合と自治会の本年度第一回連絡会議が、双方代表委員により去る十月十七日に行われ、当団地の諸問題に就いて協議されました。ここにその概要をお伝え致します。なお、この連絡会は偶数月の第二日曜に定期的に開かれ、管理組合と自治会が、より良い団地生活を求めて、協力をして行くことになりました。



ここに私達の憩いがある

(第二住宅の夜景・ニッコール28画、SS、f11、30秒)

「自転車置場の件
〔自〕昨年管理組合でアンケートを取った本件のその後は?」
〔管〕結果は棟の妻側に設置を求めめる声が多く、具体的に検討を加え、業者より見積りを取った約二千五百万円を要することが判明した。本年度は共同アンテナ工事、水道メーター取替等、出費が多く、今年度の実施は不可能。今後の課題としたい。但し、妻側にスペースのない棟もあり、問題もある。
〔自〕とりあえず、階段下の整頓がやり易い様に白線を引く案もあるが、
〔管〕それについては組合にて検討をする。
二、業者の騒音問題
〔自〕団地内出入業者のスピーカーがうるさいので、注意の立札を立て、もらえないか。
〔管〕ご要望があればそうした

楽しみにしていた年一回の福寿会の一泊旅行、今年も湯原温泉へ行ってきました。
十月二十四日午前十時頃、私達二十三名の会員を乗せたマイクローバスは粟生団地を出発しました。酒居さんのご好意による安全運転、お世話下さる池口さんもお忙しい貴重な一日をさいて助手席に。
中国自動車道に入ってから青空ものぞき、皆童心に帰って小学校の遠足の時の様に声も弾んでいました。道の両側には丁度食べ頃の熟した柿が秋の深まりを感じさせ、田圃はもう稲刈りも済んでいました。
いつの間にか津山インターから昼食をとる「せせらぎ」に着き、ここでひと休みと言う訳です。此処から一時間余りで湯原温泉に着きましたが、宿に入る前にロープウェイで展望台に上

福寿会湯原温泉へ

38棟 芳賀絹子



その頃から気温が下って急に寒くなりましたが、そこは眼下に湯原湖を望み、はるか山波の彼方には煙った雄大な大山が眺められ、まるで一幅の絵を見て

ているので、自治会でとりまとめて市と交渉して欲しい。
〔自〕暗い所をリストアップして渉外部を通じ市へ申入れる。
五、横断歩道増設の件
〔自〕バス停へ上る階段下のあたりに横断歩道の白線引きをして欲しいのだが、
〔管〕之も自治会と市または警察の問題、申入れて欲しい。
〔自〕交通安全部を介して申し入れることにする。
六、修繕関係
〔自〕ポストや建物、電灯の修理はどこへ言ったら良いか、
〔管〕昼間は集会場の管理事務所に来て欲しい。また電話でも良いし、棟の管理組合役員に言っ下さっても良い。メモを事務所に入れておいても良い。
七、その他
我々の財産である団地内の樹木や設備、建物等を大切に永持ちさせる件等、種々の打ち合せを行いました。
一行は湯原グランドホテルで冷えた身体を暖め、旅の疲れを癒やし、夜には数々のご馳走と一杯のビールで皆楽しい気分になり、遂には炭坑節を七、八人で踊り出す始末、年を忘れての楽しいひとときでした。
夜中に音を立て、降っていた雨も翌朝には上り、十時にはお土産物をどっさり買い込んだ一行を再び乗せて、バスは「神庭の滝」へと向いました。
其処で写真を撮ったり、ゆっくりにお昼を戴いたりして、一時過ぎには帰路につきましました。こうして、若くて元気なおちいちゃん、おばあちゃん方は一同無事、粟生団地に帰ることができたのです。お世話頂きました酒居さん、池口さんには一同心から感謝して居ります。ひとつまた来年もよろしくお願い致します。

どんなに可愛くても



団地で犬や猫を飼うことは禁じられています。ご近所の迷惑になるばかりか、飼われている動物にとっても決して幸せなことではありません。

自治会

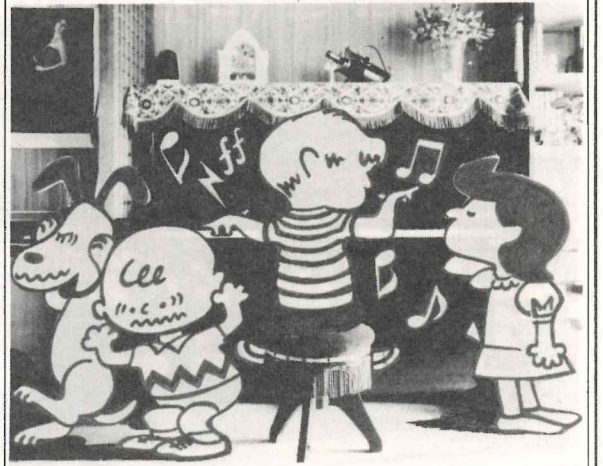
冬の朝の騒音

暖気運転をやめましょう

これから寒さに向いますが、棟間の駐車場の車による朝の暖気運転の騒音と排気ガスに対する苦情が数多く寄せられています。暖気運転や空ふかしは慎んで下さい。中にはエンジンを掛け回転を上げたまま、車を離れて五分も十分も暖気している人がありますが、どれだけの人に迷惑をかけているか考えて下さい。真冬でも、小さきみにふかしながら最終行で発進し、エンジンが暖まるまで徐行すれば車に負担もかけず人に迷惑もかけず、安全でもあります。まさに一石二鳥というべきです。是非ご協力ください。

自治会

ピアノはピアノでー。



ピアノ、ステレオ、カラオケ、テレビ等のご近所の迷惑にならない音で楽しみましょう。とくに夜は気をつけましょう。 自治会

「ストレッチング」という体操(3)

32棟 植木 聡

それでは、ストレッチングはどうか？ その前に体操と言われるのだから、かっこよく、リズムミクな新体操の様な見えても気持ちのよいものと思われませんが、ジャズダンスの様に動的運動と全く逆で、他人が見ていると何をやっているのか、およそスマートとか、かっこよさから遠い動作で行われます。しかし、このストレッチの良さがわかれば、この事を「ストレッチ感を味わう」という様な表現をされますし、本当の心地良いものであります。

起きよう会メンバーはこのストレッチの味をよく知っています。さて、ストレッチングを行うにおいて、守ってもらいたい約束事があります。これを要約すると、

- (1) 筋肉をゆっくりと伸ばし、無理な痛みのない伸ばした位置で止め、20〜60秒そのまま保つ。
- (2) 体の柔い人、堅い人によって、柔軟性の競争をやっているのではない。自分の出来る範囲で良い。
- (3) 必ず呼吸は止めない事、そして



●脱力ストレッチ

上体の力を抜いて、ひざをかるく曲げながら、自然に前屈しながらひざを伸ばし、背部をリラックスする。30〜60秒ゆっくりと伸ばす。時間の経過により手が地面に近くなる様に伸びる。伸びている筋肉に神経を集中させると良い。

●カーフストレッチ

踵を床から離さない事。手を何かにつけて、足を引き、体重が手にかかると同時に痛むのが良い。

お知らせ

●福祉厚生部
来る十二月八日(水)午後一時三十分から二時三十分まで集会所にて受付を致します。どうぞご参加下さい。

●福寿会
毎年恒例の餅つき大会が、今年十二月二十六日(日)午前十時から、集会所和室にて賑やかに開催されることになっております。お手すきの方はご一緒に楽しみませんか。

餅つき大会

餅つき大会
餅つき大会



●アキレスストレッチ

背中を丸め背筋を伸ばし、踵をあげずに行う。これを運動前に充分行えば、テニス、ソフトボール等でのアキレス腱の切断事故はありませぬ。これも左右行なう。これは痛さはあまり感じませんが効果があります。



●クオードストレッチ

このストレッチは決して急激にしたり、無理にしたり、ゆっくり、ゆったりと手の肘等で調節しながら行うこと。



柔軟性のある人は背中を床面に付けても良い。また、出来る人は両足を同時に付けても良い。(つづく)

あおおめ

●毎月毎月取材や原稿集めにバタバタしている内に、いつの間にか本号で半年が過ぎてしまいました。失礼も顧みず、ご自宅へ押しかけたり、煩い程督促のお電話をしたかと思ひます。(T)

子供達を見守る

37棟 酒居公明氏

栗生団地の皆様には既に馴染み、いよいよ酒居さんの登場である。青少年指導委員のお仕事はどんな内容ですか？

「ひと口に言うと青少年の健全育成、つまり幼稚園から高校生まで、非行予防のための凡ゆる仕事があるんです。例えば悪い環境を良くするとか、楽しみを作るとか。」

「その校区内にある各種団体、即ちPTA、福祉会、民生委、指導委、子供会、自治会等の青少年育成面で連携がとれる様、それ等を総括した会なのです。そして箕面市の守る会連絡協議会へと繋がっているんです。」

大袈裟に言えば子供達が家の玄関から一歩外へ出たら、もう酒居氏の守備範囲なのである。登校時の交通安全は勿論、下校時のマナー、小学校の運動会、中学校の文化祭、子供の各行事、盆踊りから果ては校庭の地均らしや周辺の不良ポスター撤去等、子供達に関する総ての行事に率先参加、環境の浄化に日夜勉めて居られる。

「子供達の嬉しそうな顔を見れば誰だって疲れが飛んでしまふでっしゃろ。」

「大変でしょう？」

「子供達の嬉しそうな顔を見れば誰だって疲れが飛んでしまふでっしゃろ。」

栗生川柳

1棟 吉川 正巳

家柄にこだわり人柄見失しない
ジョウクでもそんな言葉は私好き
インチキのゲームと知らずひっかかり
何の為め飛ばされるのか知らぬ鳩
恋してはならぬ女に恋をする
餌で鯛釣る人鯛の餌になり

- ### ◎新入会員の紹介(十一月)
- 五三〇三 陰山元宏 まり子
 - 九二〇五 小谷 敦 桂子
 - 九一四〇六 宮崎洋彰 悦子
 - 一六一五〇一 飛谷忠夫 敬子
 - 二四二〇一 植野祐行 潤子
 - 二六二〇六 角田 宏 栄子
 - 三〇一五〇二 山部隆二 恵美
 - 三八二〇六 成相文生 茂子
 - 三九一〇五 小林博之 潤子

事務局だより

●十一月役員会
専門部長会十一月七日(日)午後七時三十分より集会所にて開催。
役員会十一月十三日(日)午後七時三十分より集会所にて開催。

●報告協議事項
一、体育部 棟對抗ソフトボール大会終了報告と協力者一同への感謝。
二、福祉厚生部、共同募金協力感謝。
三、管理組合、自治会連絡協議報告。
四、運動会開催に関するアンケート調査依頼の件。

●十二月役員会予定
専門部長会十二月五日(日)午後四時より
役員会十二月十一日(日)午後七時三十分より開催予定。

役員変更のお知らせ

一、会計監査、四棟宮根氏お引越のため、四一四〇谷垣昌子氏(29一六九七四)が棟役員、会計監査に就任されました。
二、交通安全部、三十七棟永井氏ご健康都合により、交通安全部長を十三一高田賢次氏(29一八五三一)に代わって頂くことになりました。

自治会