



強まる日差しに夏への移ろいを感じる季節を迎えましたが、皆様、いかがお過ごしでしょうか。新型コロナウイルス感染症への対応に、皆様も日夜心を配られておられる今日この頃と存じます。さて、今回の中太まちづくりたよりは、センター長及び地域振興会副会長の挨拶を掲載することとしました。どのように振興会活動に協力いただいているか紹介したいと思います。また、本年度より広報の名前を「アクセスニュース」から「中太まちづくりたより」に変更いたしました。地域の皆様に親しみやすい名称ということで副会長と話し合せて決めさせていただきました。これまで同様にご愛顧いただければ幸いです。末筆になりましたが皆様が健康でご活躍されることを祈念して挨拶とさせていただきます。(会長 山本 満夫)

中太閤山コミュニティセンター長（新任のご挨拶）と中太閤山まちづくり地域振興会の副会長（専門部紹介）

■コミュニティセンター長 塩澤 和章 - 「絆」の構築 -

5月17日（日）センター前の置県百年記念花壇に花の苗を植える作業をボランティアの皆様のご協力を得て行いました。桜の開花に続いて美しく咲き誇ったチューリップに代わり苗が育ち色とりどりの花を咲かせ、私達の眼を楽しませ心を癒してくれることを願っています。センター長の任を拝命して1か月後、図らずもこれが初仕事となりました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のためセンターが休館となり、全ての行事やイベントを中止せざるを得なくなったためです。過度に拡大したグローバル化、自然環境との調和を無視した乱開発、慢心した衣食住生活などのツクが未知のウイルス襲来（コロナ禍）を招いてしまったのでしょうか。私達の今後の生活は元に戻ることはできず、働き方、近隣・社会との付き合い方、小学校から大学までの教育方法など、あらゆる分野で新しい生活様式が求められ変革を余儀なくされそうです。テレワーク・在宅勤務、オンライン授業・遠隔講義などコロナ禍によって注目されてきた言葉です。これらによって懸念されることは、これまで頼りにしてきた人と人との繋がり、社会的な連携・絆が薄れてしまうことです。人々の繋がりを保つためには情報通信技術の活用は欠かせませんが、人間の心身は直接触れ合うことで熱を伝え成長・発展するものです。互恵の精神のもと適切に集まる機会を作り、感動を共有し、共感を分かち合える環境を創造していくことが求められると思います。

新しい社会生活様式の構築に対してコミュニティセンターも一翼を担っていく必要があります。その活動は構成員一人一人が担うものであり大方のご努力とご協力が欠かせません。より良い地域コミュニティや社会的絆の形成のために微力ながら尽力する覚悟です。皆様のご理解とご協力を切にお願い申し上げます。

■副会長 江尻 泰将（安全安心部担当）

安全安心部は「防災」「防犯」の二つのことに関する地域力の向上を目的に活動しています。

「防災」については、地域防災3年計画を策定して、地震・風水害に関する地域防災力向上に資する活動を、「防犯」に関しては、毎週の防犯パトロール、オレオレ詐欺撲滅キャンペーン、カギかけんまいけキャンペーン、各町内の中太っ子見守り隊への連絡などを行っています。

昨年度は2年連続で「特殊詐欺ゼロ達成地区」で県警から表彰を受けました。これもひとえに、地域の皆さん一人ひとりの心かけの賜物と思います。

訓練やパトロール・キャンペーンだけではなく、文化祭の「防災コーナー」では、子供たちもできるクイズや新聞紙で作るスリッパ、家庭用非常袋の中を紹介しています。（さやかな防災グッズのお土産あり）「楽しみながら地域防災力の向上を」がモットーです。

これからも、各町内会（自主防災会）と連携して活動していきますのでよろしくお願いいたします。

■副会長 奥野 貞昭（健康福祉部担当）

健康福祉部を担当して5年目となります。健康福祉部主催の行事といえば、「パークゴルフ大会」「感謝の敬老会」「三代目ふれあい餅つき大会」でして、例年にぎわっています。

また、健康福祉部は中太閤山社会福祉協議会と共に、高齢者・福祉対策に関する課題にも中心になって取り組んでいます。

これからも地域支えあいネットワーク事業の拡充をはじめ福祉サービスの向上に取り組んでいきます。これらは、皆様のご理解とご協力がなくては実現できませんのでこれまで同様よろしくお願いいたします。

■副会長 高岸 和弘（文化部担当）

文化部は主に「中太閤山地域3大祭り、イベントを通して住民相互の親睦を図ると共に、地域住民の情報共有機能を実現」することを目的に各町内会と連携して活動しています。また、高齢者が自ら学ぶ「いきいきシニア・アカデミー」活動についても県立大学とともに企画・実行し、認知症予防・フレイル予防や健康寿命の増進に貢献しています。

さて、3大祭りとはなんのでしょうか？ そうです、春の「中太閤山祭り」、秋の「中太閤山文化祭」、新年を迎えての「左義長まつり」の三つのお祭りのことです。大勢の人が参加するイベントなので、地域振興会の役員全員、町内会からも特別に動員していただき連携プレー良く準備・実施させていただいています。

文化部イベントの特徴はお子様を含む若い人からお年寄りまでの多人数が同時参加できることです。

今後も中太閤山地区のみなさまの「コミュニケーションの活性化」と「笑顔を増やす」に貢献していきたいと思っております。

みなさま、積極的なご参加・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

■副会長 越後 隆（体育部担当）

日頃体育行事にご理解とご協力いただき、ありがとうございます。

体育行事は、振興会役員7名と町内会体育担当者(14町内)と参加者で運営・競技しています。町内の方には参加者集めでご苦労をおかけしており、大変ありがたく思います。

振興会の役員は、町内からの派遣員ということで、短期間（一年）で人員が入れ替わり、運営や要綱等作成で詳しい方が居ないところが現状の問題点です。今後は、マニュアルを作成し、それを基に、詳しくなくてもある程度出来るようになればと考えています。

今年度の活動は、コロナ感染症対策で行事中止になっていて先の見通しが立たない状況ですが、行事再開になれば町内会員皆様の沢山のご参加とご協力、お願いします。



2019年度卓球大会



2019年度ボーリング大会

■副会長 西谷 政信（生活環境部担当）

地域振興会は3年目となります。役割は公園管理のための芝刈り機、雑草の刈り払機、などの管理・点検が主であります。4月から11月の土・日は、公園を管理されている町内が使用されております。

担当より各機材を使われる方に重ねてお願いをしておきます、くれぐれも事故の無いよう安全作業をお願いします。又、作業終了時には次に使用される町内のために綺麗に掃除(水洗いなど)して返却願います。お互いが気持ちよく作業ができるように。

他に、樹木の害虫防除、冬場の除雪機の使用管理、資源回収、クリーン作戦への参加など多岐にわたっております。何卒、環境整備業務にご理解いただきご協力のほどよろしくお願いいたします。



キスゲの咲く季節となりました

コミセンからのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の蔓延予防で射水市のコミュニティセンターは休館状態ですが、開館に向けて徐々に利用緩和される方向にあります。

中太コミセンも利用できる見通しがつかましたら、サークルなどコミュニティ活動のご担当者に予約開始可能の旨をご連絡いたしますので、それまでお待ちください。「3つの密対策」の実践で自分たちを守りましょう。



行事予定（6月～7月）

- 6月13日(土) 中太社協 第一回研修会 (中止)
- 6月14日(日) 災害図上訓練 [DIG] (延期)
- 6月21日(日) ソフトボール大会 (中止)
- 7月11日(土) ふれあいパークゴルフ (中止)
- 7月12日(日) 資源回収
- 7月19日(日) 災害図上訓練 [DIG 2]
- 7月26日(日) クリーン作戦
- 7月26日(日) 太閤の杜 納涼祭

地域振興会では平成22年度より射水市と協力して、中太閤山地域のがん検診受診率を高め、がんの早期発見・早期治療を通して、健康な中太閤山を目指す運動を展開しています。

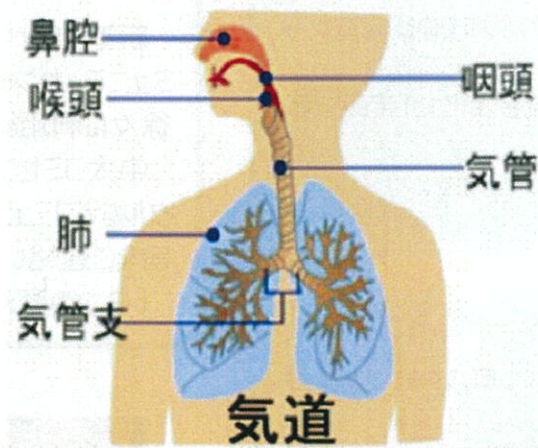


(今月のテーマ)

気管支喘息にご注意

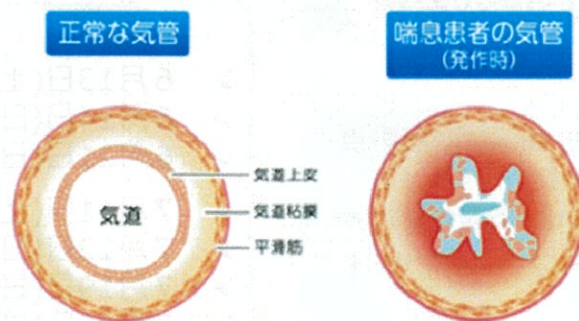
内科医師 北澤勉

気管支喘息とは、どんな病気でしょうか。まず字をみると、“気管支”の病気ですね。みなさん、息を吸ってみてください。口から入った空気は、のどを通って、気管に入ります。気管は、左右の気管支に分かれます。左右の気管支は、さらに細かく枝分かれして、肺のすみずみまで空気を送りとどけます。この空気の通り道である気管支におきる病気が、気管支喘息です。



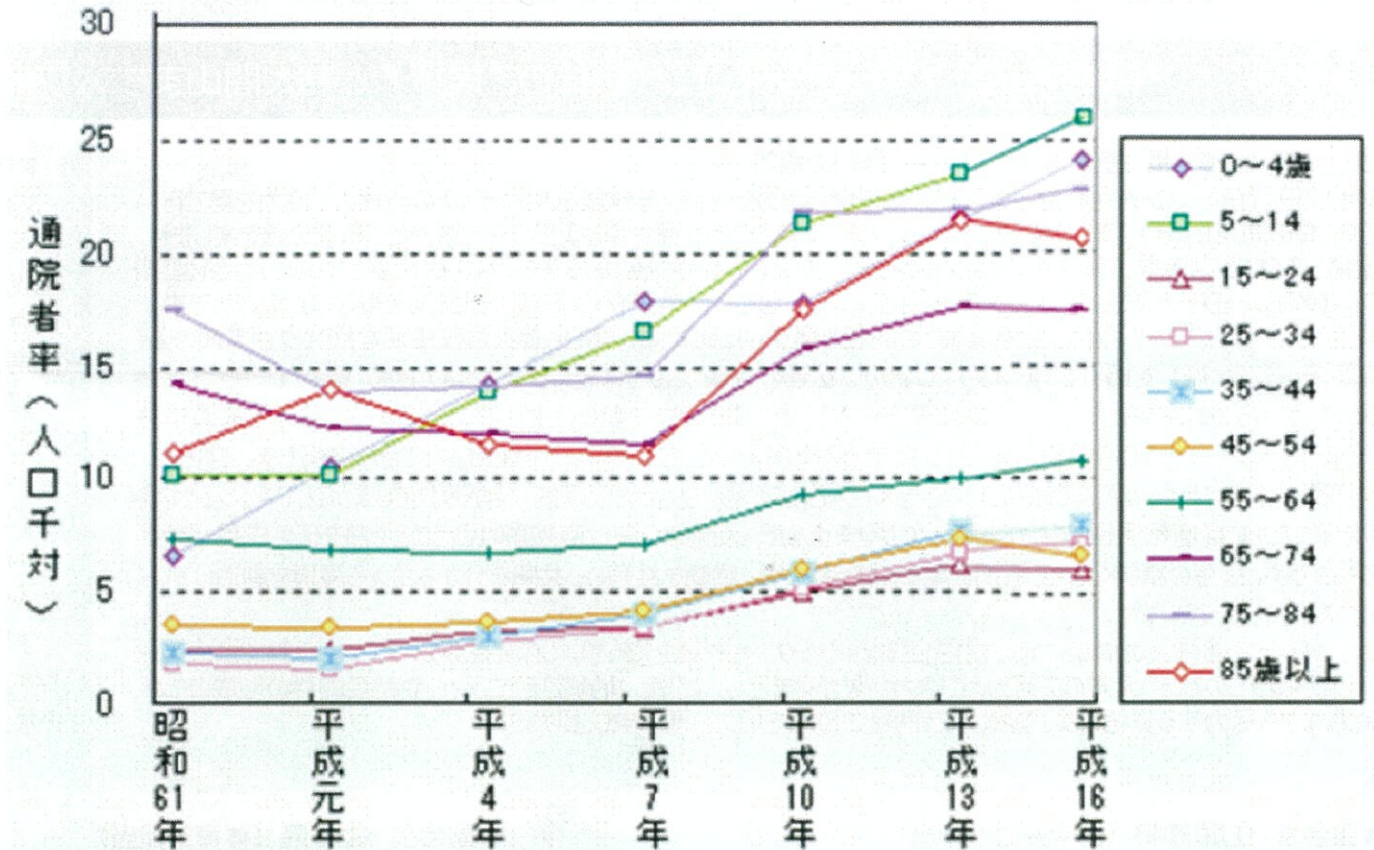
気管支喘息になりますと、気管支に慢性の炎症がおきて、気道が狭くなり、空気が通りにくくなります。また炎症を起こした気管支はとても敏感になり、ホコリやタバコ、ストレスなどのわずかな刺激でも狭くなり、喘息症状をおこします。突然の咳き込みや、呼吸をするたびにゼイゼイ、ヒューヒューといった音がする喘鳴（ぜんめい）、息苦しくなる、といった症状が起こります。このような症状は、夜間や早朝におこりやすいのが特徴です。(次のページに続く)

正常の気管と喘息患者の気管



ではなぜ、“気管支喘息にご注意”なのでしょう。

それは、気管支喘息は、ちょうど、今頃、風邪が流行するシーズンや、秋から冬にかけて、悪化しやすい病気だからです。日本では、喘息の患者さんは増えており、1960年代では子どもも大人も1%前後でしたが、最近の調査では子どもで約6%と6倍、大人で約3%と3倍になっており、全体では400万人を超えています。



【気管支喘息の治療】

気管支喘息の治療薬は、大きく分けると2つあります。

まず1つは、気管支の炎症を鎮めて、喘息発作を予防する、“吸入ステロイド”といわれる薬です。これが、ぜんそく治療の主役であり、吸入ステロイドによる治療で、喘息死は、大幅に減少しました。ステロイドは長期に服用するとさまざまな副作用を起こすことが知られていますが、吸入で用いる場合は副作用も少なく安全です。

もう1つの薬は、気管支を広げて、喘息発作を緩和する、気管支拡張薬です。発作が起きたときに吸入すると、気管支が広がって症状を緩和します。

発作を予防する : 吸入ステロイド

発作を和らげる : 気管支拡張剤

夜間から早朝にかけて、咳が止まらず、息苦しくて、ゼイゼイする、そんな症状があれば、気管支喘息かもしれませんね。早めに医療機関でご相談ください。