



# 米山台だより

2023年1月5日

No. R4-09

米山台町内会

☎ 24-4460 (平日午前中)



## 新年のご挨拶



あけましておめでとうございます。

皆さまには米山台町内会に多大なるご理解とご協力をいただきありがとうございます。新型コロナウイルスでここ3年は町内会も、各種行事の人数制限や中止など、見直しをすすめて町内会活動に尽力してまいりました。なかでも、ゴミや清掃などの環境活動、自主防災活動、正月の獅子舞やどんど焼きの伝統は新しい世代に継承すべく皆様のご協力により実施させていただいております。

今年は米山台について、新たな将来を築く一歩とたく考えております。今年はホームページ開設で皆様にいろいろな情報をお知らせしたく考えております。また、柏崎市と相談して、将来を見据え、法的に適合した米山台会則の見直しを進めたいと考えております。新しいことがいろいろ続くとは思いますが、ぜひご協力いただき、いろいろな世代の方が安心できる町内としたいと思います。

米山台町内会 会長  
佐川 順一

## 新しい年を迎え「お獅子町内廻り」からスタートしました!!

1月2日、早朝の御嶽山神社でお祓いを済ませ、町内廻りのための獅子、太鼓などの準備を終了し、午前9時30分から車2台に分けそれぞれ出陣しました。

今年も柏崎日報の取材があり、佐川会長、佐藤実行委員や十五日会を含む多くの方たちにインタビューを行っていました。



## 突然の大雪 一晩に約60cmの積雪 交通網乱れ剣野地区は停電発生!!



柏崎地方は19日未明にかけて、今季一番の寒気の影響で突然の大雪となり市内の交通をまひさせ、特に米山台地区は1mに近い降雪となり道路除雪が追いつかず、家から車を出せなかったり、道路でスタックする車両が多発しました。

県は20日午前5時過ぎ、陸上自衛隊に災害派遣を要請し除雪作業、物資配付を求めました。20日夜間は8号線米山台付近も自衛隊援助を受けた除雪作業で車は全く動いていない状況で、セブンイレブンには自衛隊の車両が数多く駐車していました。米山台は幸いにも停電は発生しませんが、剣野地区などは停電が発生し、剣野コミセンが避難所として開設され、宿泊された方たちもおられました。

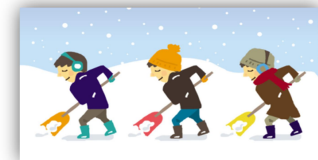
今回の大雪で、車両の駐車や庭木の倒木等で除雪車が作業できない事態が発生しましたので、**別紙配布の「皆さまへのお願いです」**を遵守願います。

12月20日午後11時 国道8号線  
(米山台)動いている車両は全く無し

## 除雪ボランティア実施説明会を開催しました!!

12月11日(日)午後7時から”除雪ボランティア実施説明会”を開催し、役員及び民生委員、ボランティアの方達総勢26名の方たちが出席されました。

最近では除雪ボランティアの方たちも高齢化して、今回のような大雪になると自宅の除雪が精いっぱいでは支援者宅の除雪の停滞もありえますし、ボランティアの除雪の時間帯は早朝ではなく、ボランティアの方たちの空いている時間での除雪作業となることもご了承願います。(ボランティアは、玄関から道路までの除雪)尚、除雪ボランティアの人数が区によって偏りがあり、ボランティアの人数が不足して一人で複数の支援をせざるを得ない問題も抱えております。除雪ボランティアの応募は現在も受け付けております。体力に自信があれば、女性ボランティアの方たちも歓迎します。また、同じ班に除雪で困っておられる方がおりましたら、近隣の人たちによる助け合いをお願いいたします。



## 「健康講座」を開催しました (米山台健康推進員及びコツコツ貯筋体操の会)

12月22日(木)講師 市川保健師様(柏崎市)により”健康講座”を開催しました。加齢とともに心と体の動きが弱くなり健康と要介護の中間の状態にあることを”フレイル”と言います。要介護にはなりたくないですね、対策を行えば健康を取り戻すことができます。予防には栄養、運動、社会参加が大切です。その中で今回は1日3食規則正しく食べ、栄養不足を防ぐこと、特に筋肉のもとになるたんぱく質を毎食取ることが必要だと言う話がありました。飲酒については、お酒はたくさん飲み続けると体全体に思影響が出ますが適度な量で楽しくお酒と付き合って行く事が大切だとわかりました。次回の健康講座にもたくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

↑行事予定↓

文書定期発行日	1月5日(木)、2月3日(金)
コツコツ貯筋体操	1月12、19、26日、2月2日(木)午前10時～
剣野の里	1月10、17、24、31日、2月7日(火)午前9時30分～
高砂会役員会	1月18日(水)午後12時30分～
すみれ会(4回/月)	1月14、21、28日、2月4日(土) 午前9時30分～
十五日会	1月度は開催しません。
六役会	1月5日(月)、20日(金) 午前9時30分～

