りんご箱

ケアセンター成瀬住民の会だより　第１２９号

２０２１年(令和３年)　５月　発行：住民の会広報委員会　電話：729-0617　発行責任者　佐藤康夫

新年度のスタートに当たって

ケアセンター成瀬住民の会
会長　佐藤康夫

東京都を始めとする４都府県での終わりのないコロナウイルスの感染・拡大に対して、「緊急非常事態宣言」が発出されました(５月11日現在)。

私達が頼みの綱としていた感染防止のワクチン接種も、医療従事者と高齢者を優先的に実施するとの事で、一部の地域で開始されましたが、その接種数は全人口からすれば、すずめの涙ほどしか接種されていないのが現状です。

日常生活の自粛期間が長くなり、辛抱、我慢にも限界があるので、同じ対策の繰り返しではなく、多少の痛みを伴っても「いつまでに、こうする」と期限を明確に区切って不言実行の対策を打ってもらいたいものです。

さて、すでに「りんご箱」の前号で告知させて頂きましたが、住民の会の通常総会を、昨年に続きコロナ禍のために、やむを得ず中止としました。

すでに会員の皆様には「通常総会資料」を、４月中旬以降に配布させて頂きましたので、ご確認をお願い致します。(行事関係は総会資料14ページをご参照下さい。)

昨年度は、人流の接触を避け三密の防止から、計画した各行事は全て中止としました。

これまで会員の皆様から会員相互の交流会として好評であった「花みずきのおしゃべり会」を、年４回計画しておりました。しかし、この集いを期待しておられた方々から人数を制限して開催したらと、多数のご意見を伺いましたが、主催者として中止とした事は苦渋の決断でした。

いずれにしても、コロナウイルスの感染拡大が収束して、安全・安心が保証されない限り、住民の会の諸活動の再開はあり得ませんので、ご理解をお願い致します。

最後に、この状況では外出自粛、行動が制限されるなかでストレスが溜まることとは思いますが、会員の皆様とご家族の皆様が健康で生活されることを願っております。

惜別

住民の会の設立に当初より関わり、その後会長として会を指導しながら、当会の広報紙である「りんご箱」の発行責任者として、長い間活動された塚本誠子様が本年２月に急逝去されました。

資源を大切にしたいと、住民の会ボランティアグループ「成瀬りんごの会」の代表として資源回収を地域で行い、20年近く継続されてこられました。その収益は、「なるせだいまつり」をはじめとする地域活動の活性化に寄与するために使われております。

いつも物腰が柔らかく、自然を愛し育て、「成瀬自然を守る会」の会長として、地域の自然愛好家の方々と一緒に活動されていました。

一方では、幼少期に東京で体験した悲惨な戦争体験から、勤務先の中央公論社で出会ってその言動に共鳴した、ノンフィクション作家で盟友であった澤地久枝さんと共に、その執筆や行動には反戦・平和の願いが一貫しておりました。とても語り尽くすことはできませんが、その生き方は塚本様を知る全ての方々の心の中に生き続けることでしょう。

長い間お疲れ様でした。安らかにお眠りください。

(佐藤康夫)

成瀬りんごの会（資源回収）を引き継ぎました

１９９６年９月、「成瀬りんごの会」は故塚本誠子様の提唱により始まりました。

同年の「ケアセンター成瀬」（広報紙２号）に「資源回収にご協力を！住民の会の活動に少しでも役に立つよう、資源回収を始める事にいたしました。連絡先：塚本誠子」と掲載して開始されました。

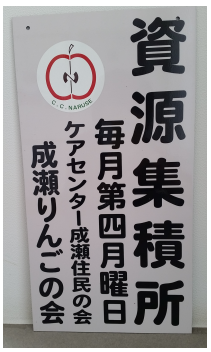
故人は成瀬台に来られる以前より「ゴミは資源である」とするリサイクル活動に参加されていました。成瀬台２丁目に移られてからも「自治会結成」に尽力。「成瀬の自然を守る会」「かしの木山自然公園」「バス通りの花壇作り」の活動を生涯にわたり全うされました。

それは「すべてはのちの世のために」の信念に基づいたもので、理解ある夫君に恵まれ、自転車に乗り、いつも笑顔で多くの人を魅了しておられました。

誠子様の生前のご厚誼とご指導に深く感謝いたすとともに、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

「成瀬りんごの会」の最近10年間の収益は80万円程になります。故人の遺志を引き継ぐとともに、住民の会の大切な資金源として継続しなければなりません。

そこでまず、故人が心配されていた「成瀬りんごの会」の看板を新しく作成いたしました。



回収にご協力いただく業者は㈱大瀬商会に引き続きお願いしました。（現在は20ヶ所の集積所をお願いしています）

当会の看板を見かけましたらどうぞ資源ゴミ（新聞紙、雑誌、本、古着、アルミ缶、ダンボール）をご持参ください。毎月第４月曜日に回収いたします。

遠くて持参が難しいかたは住民の会事務局にご連絡ください。頂きに参ります。「ご協力下さいますようどうぞよろしくお願いいたします」（小竹　金次）

令和３年度　役員紹介

会長	佐藤　康夫
副会長	島峯　紀子
	安達　聡子
事務局長	小竹　金次
会計	田中　邦夫
	西山　貴美子
監事	小林　一朋
	野中　節子
(社福)創和会	西嶋　公子
ＮＰＯアップルサービス	高綱　美智子
地域ケア委員会	高綱　美智子
研修委員会	遠藤　仙子
広報委員会	大島　恭子
行事委員会	佐藤　康夫
グループ会議	永井　まち
ホームページ委員会	田中　邦夫

※　委員会の代表は各委員会の互選による

非常食（アルファ米）の配布が行われました　2021年3月29日

「りんご箱」前号でお知らせしましたように、東京都から譲り受けた非常食のアルファ米を、試食用としてご希望のかたにお配りしました。大好評でした。

感染対策は万全！

町田市のホームページの抜粋です。参考にしてください。

ワクチンは無料です。

都や市、保健所の職員の名前を語り、新型コロナウイルスのワクチン接種ができる等と言い、現金を要求する不審な電話にご注意ください。

新型コロナウイルスワクチンは２回接種となる見込みです。

自己負担はありません。

☆　接種体制…3 通りの方法があります。

個別接種（病院・診療） ＋ **集団接種（公共施設）** ＋ **施設接種（高齢者施設）**

個別接種

※ 身近な、かかりつけ医でワクチン接種が可能

※ 自宅の近くでワクチン接種が可能

集団接種

※ 平日の夜間・日曜日にワクチン接種が可能

※ 大勢のワクチン接種希望者を受け入れることが可能

※ 公共施設 7 か所で集団接種を実施

生涯学習センター（レミィ町田7階）（旧109）	火曜日～日曜日	午前9時～午後9時
成瀬コミュニティセンター　（他5会場省略）	6会場のうち2会場ずつ ローテーションしながら週3回	木・日　午前9時～午後6時 土　　午前9時～午後8時
町田GIONスタジアム　（野津田公園内）	5/20・5/27・6/10・6/17	午前9時～午後6時

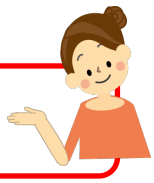
接種券はいつ届きますか？

高齢者の方（令和 3 年度中に 65 歳以上に達する方）約 11 万人の接種券は、**5 月 10 日**から発送します。

予約受付はいつからですか？

5 月 17 日（月）午前 8 時 30 分からです。

接種希望者全員分の枠を確保して、予約を受け付けます。



予約方法を教えて欲しい。

市から接種券が届きますので、ご希望の日時・会場をインターネットまたは電話：**042-785-4117**（8：30～19：00 まで　無休）で予約します。

肩の出やすい服装でおいでいただき、予約日に必ず受けてください。

会費納入のお願い

会費未納の方は下記の方法で
納入をお願い致します

1　住民の会事務局窓口（日曜、祝日休）
（月～土）　10:00～16:30）

2　郵便振込
記号：00120-7-725131
名義：ケアセンター成瀬住民の会

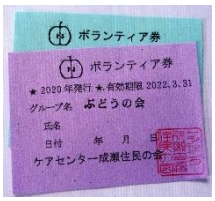
3　銀行振込
きらぼし銀行玉川学園支店
口座：（普）060-0501790
名義：ケアセンター成瀬住民の会

※ご一報くだされば集金に伺います

ケアセンター成瀬住民の会事務局

住所　町田市成瀬台 3-24-1
電話・FAX　042-729-0617
ホームページ：http://ccnjk.com

事務局では
ボランティア券を
ペットボトルのお茶と
交換しています！



ボランティア券１枚が
ペットボトル１本に。
（１回につき５本まで）

これからの催し物

＊令和３年８月までの住民の会の主催行事は全て中止になりました。

＊資源回収（毎月第４月曜日）
5／24　・　6／28　・　7／26　・　8／23
（雨天決行。これからも資源回収を継続してまいります。ご協力ください。）

コロナ禍の中あなたの睡眠は大丈夫？

眠れなかったら試してみて！

起きたら朝日を
浴びよう！

昼寝は
30 分以内

なるべく
起床、就寝
時間を一定に

お風呂でリラックス。ぬるま湯（40℃）で30分寝る１時間くらい前にはすませましょう!!

布団の中で仰向けになってゆっくり腹式呼吸

週２～３回、30 分
軽めの運動

夜はリラックス、穏やかに過ごしましょう😊

※就寝前にできれば避けたいこと
・カフェインの入った飲み物(コーヒー、紅茶、お茶等)は✕
・スマホ、パソコン、テレビ、ゲーム、数独　等々

編集後記

りんご箱１２９号は、悲しさと寂しさを抱えての編集作業となりました。

塚本誠子さんのご訃報が伝えられました。ただ一人住民の会会報紙１号から１２８号まで広報委員会に在籍され、93号から１１６号まで６年間、広報委員長としてご活躍、長きに渡り私たちを導いて下さいました。

「いつも笑顔で優しい方だった」これは広報委員全員が感じていることです。「校正時『てにをは』の使い方をしっかり主張されていた」と懐かしむ声も。思い出は尽きません。

塚本さんが残された言葉、**「すべてはのちの世のために」**忘れません。ありがとうございました。

（大島）

２０１８年夏

コロナ禍の中でも頑張っています