

第 10 回大谷第四自治会役員会が 12 月 2 日(日)10 時より開催されました。)

## 【外部団体への出席等の報告】

- ・見沼区自治会長講演会が 11 月 17 日(土)見沼区役所にて開かれ、木村会長が出席をいたしました。

講演要旨をまとめました。毎日の生活にお役立てください。

- ① ボケ防止：生活習慣病をコントロールする
  - イ. 脳への血流を増やすーよく噛む。
  - ロ. 脳へのブドウ糖を増やすー3度の規則正しい食事。
  - ハ. 脳の酸素の消費量を増やすー姿勢をよくする。
- ② ボケとは人間の尊厳がなくなることである。(人間の羞恥心がなくなる)
- ③ 老化防止策
  - イ. 立つ、歩く、握る、噛む、話す力を強化する。
  - ロ. 綺麗でいる、毎日着替える、おしゃれの気持ちを持つ。
- ④ 予防医学だけでは何もならず実行と継続が必修

## 【その他団地内報告】

- ・レッツジョインクリーン活動を 11 月 18 日(日)に行いました。当日は 40 名を越す参加者の方が集まり、団地内の清掃活動を実施、その後遊水地にて BBQ による慰労会を行いました。ご参加いただけました皆様、大変ありがとうございました。



- ・ 11 月 10 日(土曜日)見沼区河川管理課により以前よりお願いしておりました除草作業が行われました。対象場所は下記になります。

イ. 遊水地    ロ. 8 班北側排水路    ハ. 自治会館裏側    ニ. 団地入り口用水路周辺

- ・ 12月15日（土曜日）14時～16時クリスマス会を開催いたします。お申し込みをいただいている出席者は親子合わせて30人程です。当日は皆様のご参加を心よりお待ちしております。
- ・ 12月16日（日曜日）10時より団地内自主防災訓練を予定しております。訓練内容は下記になります。皆様のご参加奮ってよろしく願いいたします。（雨天決行、自治会館内にて開催）

- 通報訓練
- 初期消火訓練
- 煙充満時の脱出訓練
- 応急手当訓練
- AED装置の取扱い訓練



## 【来年度の予定】

- ・ 自治会の会員名簿の平成25年度版を作成いたします。世帯主の変更、電話番号の変更がある場合は、12月末までに各班の役員までご連絡ください。
- ・ 1月の役員会にて次期役員候補者の確認決定をいたします。来年2月3日（日曜日）午前10時よりの役員会で新役員候補者の方との顔合わせと役割分担を決めます、次期役員候補者の方は必ずご参加ください。
- ・ 新役員候補者への引継ぎ（業務説明会）を来年3月31日（日曜日）に行います。
- ・ 平成25年度総会日時決定のお知らせ 平成25年4月20日（土曜日）9:30より七里コミュニティーセンター多目的ホールにて開催いたします。
- ・ 来年度の自主防災避難場所訓練が平成25年6月29日午後5時より開催される計画になっております。来年度の役員の方へ引継ぎとなります。よろしく願いいたします。

### <12月の集金について>

自治会費3か月分（900円）の集金を各班の当番担当の方、1月10日（木曜日）に夏目会計係（1班）までお届けください。