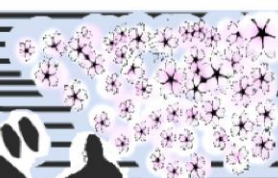


広報

やなせがわ



第 57 号 発行

2023 年 06 月 25 日

柳瀬川町内会

広報部

ラジオ体操の効能

柳瀬川町内会会長 竹前 栄二

コロナ禍で始まった地域のラジオ体操も早3年目に入りました。

健康づくりの一環で多くの人に親しまれているラジオ体操、取り組むことで得られる健康上の効果やメリットなどに注目していきましょう。

ラジオ体操は、気軽に始められる運動で、毎日続けることにより、加齢や生活の偏りなどが主原因である体のきしみを取り除き、人間本来が持っている機能を元の状態に戻し、維持できます。

ラジオ体操は、子供から高齢者まで、誰でも出来るように配慮されています。

3分間で全身の650前後の筋肉のうち、400ほどが刺激できるといわれています。

継続する効果は調査・研究で明らかになっています。

基礎代謝量や筋肉量などから算出される体内年齢は実年齢より約20歳若くなるほか、血管年齢も同様で、脳卒中や心臓病のリスクが低くなります。

また運動しても息切れを起こしにくく、骨密度が非常に高くなることが調査で分かりました。

身体機能や活力の項目でも、国民標準値を大きく上回っています。

ラジオ体操を実践する人たちの多くは、日常生活を送るのに健康上問題なくすごしているといえます。

継続は力なり、続けることで健康年齢を持続させていきましょう。

「ラジオ体操」で気分も晴れやかに！

開始時間・「6時30分」「8時30分」2回 約10分間 毎日 どなたでも参加できます。
タイマーセットでの開始の為、管理者は不在です。自己責任で行いましょう！
タイマーセットの為天候不順でも流れます。



副会長を終えて

3班 五十子繁



今年もはや6月となり例年通りツバメの雛が大きな口を開け、親

鳥はせっせと餌を与えています。もう少し大きくなると雛は巣の淵に出て外にお尻を向け素早いタイミングで外に排泄します。ツバメは自分のうちは汚しません。駐車場の隅に落ちるフンの掃除は家内の出番。日々、手間がかかりますが旅立つ時には清々しくもあり寂しくもある気持ちになります。

さて、副会長の立場で一番強く感じたことは町内の事が殆ど頭に入っていないかったこと。担当の班に書類等配布する時にどこが対象の家であるかが分からない。近所の方に聞いても通



り一本違うと分からないという事もありました。

会社勤めが長く、そのうえ単身赴任も長く、余り町内会の行事に触れていなかったからでしょう。何とか次期担当者に無事バトンタッチ出来てほつとしております。

現在は朝6時30分のラヂオ体操に参加しております。冬は手がしびれるぐらい寒かったですが良い季節になりました。

一年間お世話になり有難うございました。

副会長の任務に就いて

5班 山村 裕子

新しく副会長を務めることになりました山村裕子です。

この地に住んで三十数年になります。町内会の行事等に参加することには消極的でしたので副会長という任務を大変重く感じています。

新型コロナが5類に移行され、今年度は町内会のいろいろ

なイベントが再開されることと思えます。これを機会に会員皆さんと交流を深めていきたいと思えます。

また、昨今あちらこちらで自然災害が多発しています。

この地域は水害が心配されます。ここに住んで二年目位に柳瀬川が増水して道路が冠水、家の玄関まで浸水してきたときは生後間もない我が子を抱きながらどうしていいのかわからず怖い思いをしました。

災害に見舞われないことが一番ですが、もしもの時はやはり御近所や町内会の繋がりが大切だと思えます。

副会長の任期が二年になりましたが、まずは今年一年間精一杯頑張りますので、どうぞ宜しくお願い致します。



(平成3年台風18号) 台風による大雨で住家全壊1棟、床上浸水6,382棟、床下浸水22,059棟等の被害が発生し、与野市、草加市、志木市、朝霞市及び富士見市の5市に災害救助法が適用された。

写真は神田川(新宿区)

お花見

4月2日(日) 三角広場にて



三地区合同 防災訓練

2023.06.17 10:00

可搬ポンプ場所・町内会館



・防災用品新規購入品の仕様説明

町内会では、防災用品を新しく、折たたみ式ヘルメット、ホワイトガソリン、カセットコンロ、非常食（ビスコ缶）を購入しました。品物の仕様や使い方などを説明しました。



コンロはイベント時の調理にも使用します。



・可搬式ポンプの継手の訓練

可搬ポンプを稼働させるには早くても30分から1時間は掛かります。

通常職員、業者が準備をしてくれませんが災害時にはイレギュラーの事が起こり、据え付け人員が不足する場合がある為、地域でもできる体制が必要です。

ポンプを使うには、ホースやバルブなどの継手を正しくつなげる必要があります。ホースブリッジの設置も学びました。レンチなどの工具を用いて、ポンプをつなげることができました。



それぞれのホースを中間地点でボルト締めします。



・小型ポンプを使って呼び水の注入と可搬式ポンプの稼働



ホース上の通行を可能にするホースブリッジの敷設



エンジン始動・運転の様子を見学



可搬式ポンプは、最初に呼び水という水（30リットル〜40リットル）を注入しないと動きません。そのうえでエンジンを始動させる訓練となります。ポンプの起動や停止、調整などの操作を実演してもらいました。

・アルファ米作り訓練

災害時には、食料が不足する可能性があります。

この訓練では、アルファ米という保存食を作りました。

アルファ米は、お湯や水で戻すだけで食べられる便利なご飯です。参加された方々にお茶とともに持ち帰りいただきました。



出来上がったアルファ米はパック詰めをして配給しました。



参加人数は城町内会3名、館町内会10名、柳瀬川町内会(ケア・ラヴィール見学あり)29名、ポンプメーカー、市職員の方々を含めると総勢50人を超えての参加となりました。



館第二排水ポンプ場内に入って

警戒レベルとマイ・タイムライン

警戒レベル	新たな避難情報等
5	緊急安全確保

＜警戒レベル4までに必ず避難！＞

4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	早期注意情報(気象庁)



作ってみよう！
マイ・タイムライン
志木市公式 YOUTUBE

この日は真夏日で30度を超える中、皆さん真剣に説明に耳を傾け、訓練に取り組みました。最後に市から各家庭でのマイ・タイムラインを準備してほしいとの提案がありました。

マイ・タイムラインは、河川の増水の状況や気象情報などに応じて、自分がどのような行動をとるかをあらかじめ決めておくことです。気象情報や河川監視カメラの動画配信などをチェックし、洪水警報や避難勧告などが発令されたら速やかに安全な場所へ避難する。避難する際は、志木市洪水ハザードマップを参考に

にして、避難所や避難経路などは事前に確認してみましよう。避難用品や非常食などは常備し

ておき、マイ・タイムラインを作っておき、見える場所に貼っておいて家族で共有することで災害時に迅速かつ安全に避難することができます。また、自分の家族や友人とも事前に連絡方法や待ち合わせ場所などを決めておくことより安心です。災害はいつ起こるか分かりません。日頃から防災意識を高めておきましょう。

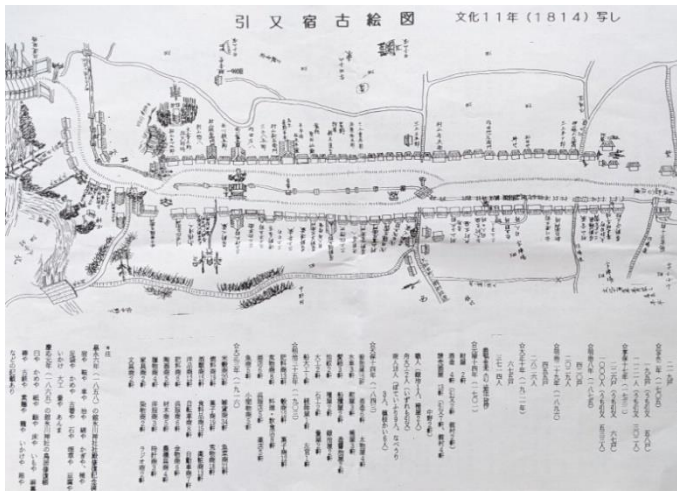
「水谷調節池」は、志木市と富士見市にまたがる柳瀬川の洪水を防ぐために建設されている調節池です。その規模は、貯留容量が約7万立方メートル、整備面積が約4.6ヘクタールです。水谷調節池の現在の工事状況ですが、令和3年度から調節池の

水谷調節池の完成予想図

現在は軟弱地盤対策が継続中です。



整備に必要な軟弱地盤対策に着手しており、継続しています。以降、排水樋管などの構造物の工事に着手、さらに軟弱地盤対策の完了が見込まれる令和6年度以降に調節池周囲の築堤などを実施する予定です。完成後の利用は、通常時は公園として開放され、遊歩道や芝生広場などが整備される予定です。洪水時は一時的に水を貯めて下流への流出を調節し、周辺地域の被害を軽減します。水谷調節池は、志木市と富士見市の両市民の安全と安心を守るとともに、地域の憩いの場としても活用されることが期待されます。



前号では、野火止用水の全体像について書きましたが、今号では、市内の遺跡などを中心に書いていきたいと思えます。私は参加することができませんでしたが、先日の5月28日に志木のまち案内人の会主催



市内散策6

野火止用水のなりたちと志木との関わり つづき



で、「野火止用水と引又宿の繁栄」をめぐる散策が行われていました。今回は、そのコース【引又河岸〜大榎〜いろは橋モニュメント〜旧西川家潜り門〜下の水車跡〜引又宿市場跡〜朝日屋原薬局前〜道路元標〜上の水車跡】に沿って書いていくことにします。

いろは橋モニュメント

いろは橋は修復に使う費用の負担も大きく、また、橋に使用する巨材の調達も次第に難しくなったため、1898年(明治31年)から木管を鉄管に変え、川底に通していく伏越工法(ふせこしこうぼう)を採用し小桁、大桁をレンガ製に替えられました。1965年(昭和40年)に不衛生なため、上水道としての利用をやめ、下水道管となり

宗岡潜管との接続を遮断し、現在では、本町側と宗岡側に大榎のみが残るだけになっていきます。なお、いろは橋モニュメントとして、明治以前の姿を知ることが出来ます。



明治初期のいろは橋



いろは橋大榎木町側



いろは橋モニュメント



いろは橋大榎宗岡側

野火止用水と水車

江戸時代、玉川上水筋各地に33か所の水車がありました。そのうち、3か所が引又宿にあり、下の水車は1762年と二

番目(野火止用水では最初)の速さでつくられ、他の2か所もかなり早くに作られました。その規模は杵の数で決まりますが、下の水車の杵数が14本と最も多くなりました。

このように、規模が大きく、多くの水車が作られた理由としては、宿場町・市場町・河岸場として、米飯の供される量が多く、また、酒造場が6件と多く存在していたため、白米の需要が多かったためと考えられています。

野火止用水と市場

志木市内の野火止用水は、昭和40年に暗渠化されるまで、本町通りの中央を流れ、その両岸に桜並木が連なっており、江戸時代から市が開かれていました。



上の水車

このモニュメントは、大正初期頃までこの地にあった上の水車をしので製作されたものです

かれる市は益々発展し、明治・大正期の特別に大きな市の日には、スリも発生するほどだったそうです。

戦後は、最盛期からかなり衰微しましたが、それでも野火止用水の両岸に、かりそめの店舗が数百メートルも連なっていたそうです。



二七市の風景 昭和26年



二七市の風景 昭和26年



植木市 大正後期



昭和20年代後半



昭和28年頃

本町通りの伝統的建造物

旧村山快哉堂は、明治10年に建築された木造二階建て土蔵造りの店蔵で、本町通り（本町三丁目）にあった各種家伝薬を製造販売する薬店でしたが、平成7年に解体後、現在地に移築復元されました。

旧西川家潜り門は、本町二丁目の中庭に建てられていましたが、平成8年に解体され、現在地に復元されました。

建築年代は、武州一揆の刀の傷跡が、扉や柱にみられることや伝承などから1866年頃と推定されています。

現在も本町通りに唯一残されているのは朝日屋原薬局にな



移設前の村山快哉堂

り、その横に里程元標が残されています。



朝日屋原薬局と里程元標



旧西川家潜り門

以上、野火止用水と本町通りの歴史について、簡単に記してきましたが、さらに詳しい資料などは、宗岡小学校のそばにある郷土資料館で見ることができます。

1	2		3		4		5	6
7			8				9	
		10			11	12		
13				14		15	16	
		17	18		19			
	20						21	22
23			24	25		26		
27		28		29			30	
31						32		

「ジャイアン」に関するパズルです

いつもは、のび太とドラえもんが主役ですが、6月15日だけは、ジャイアンが主役です。それは、彼の誕生日だからです。

【ヒント】

編み目のマスには「ガキダイショウ」が入る。

タテのキー

- ジャイアンは草野球チーム「ジャイアンズ」の〇〇〇〇〇をつとめています
- ジャイアンは自分勝手に〇〇張り
- 生前に、死後のことについて残す言葉。法律用語。日常用語では、4文字で読まれることが多いです
- ドラえもんのタイムマシンでいろいろな〇〇へ行ける
- 地下水をくみ上げる穴
- ジャイアンは友情に熱い一面もあり、のび太をいじめてきたことを〇〇〇〇する話もあります
- ジャイアンは〇〇〇〇が趣味だが、食材や味は超独創的です
- 寝起きの髪は、〇〇〇がひどい
- のび太やスネ夫はジャイアンから受ける暴力で〇〇が絶えない
- 野球のヒット
- ジャイアンは怒りっぽい。〇〇〇は損気
- 未来のしずかちゃんは、のび太の〇〇になります。
- 油断は〇〇〇〇
- ジャイアンが苦手な人
- 夏を代表する〇〇〇には、はくちょう座・わし座・こと座などがあります。
- ジャイアンは何事にも強引で、いつも〇〇〇〇満々
- キャンプ場で張る〇〇〇
- 進学先は〇〇系か文科系に分かれます
- ドラえもんのタイムマシンで未来や〇〇に行けます

ヨコのキー

- ジャイアンのあだ名の由来
- ジャイアンの妹
- ジャイアンは家の店番を頼まれてもさぼって遊びに行ってしまうことが多く〇〇役に立たない
- ジャイアンの本名の姓
- オリンピックで3位に贈られるメダル
- 一の十分の一は割、百分の一は分、千分の一は〇〇
- 〇〇の実から米がとれる
- 天から与えられるもの。〇〇ヨ
- ジャイアンは自分で作った「ジャイアンシチュー」を食べて〇〇〇が悪くなった。
- ジャイアンは音痴だが歌うことが大好きで、将来、紅白〇〇〇〇〇〇に出るのが夢
- 首の長い動物
- 打ち破ること
- ヒット曲「〇〇の風になって」
- 桃太郎の家来は、犬・猿・〇〇
- 〇〇〇は両生類、ヤモリは爬虫類
- 素知らぬ様子
- ジャイアンの家の仕事
- 童謡でウサギの耳を切ってしまったカニの職業



コロナがやって来て
4年 三井はな

もうすぐ卒園式という時、コロナがやって来ました。

ようち園にはいけなくなって、楽しみだった卒園遠足が中止になりました。

卒園式は、やれたけど、人数せいげんがあつてお母さんしか入れませんでした。

悲しかったです。

入学式は、4月じゃなくて6月でした。早くランドセルをしょって小学校に行きたいとずつと思っていました。

やつといけるようになった小学校は、お友達がたくさんできて楽しかったです。

でも、お友達の顔にはいつもマスクがあつて、それはいやでした。他にも、給食はみんな同じ方をむいてだまって食べた、運動会は午前だけにあって、がまんすることもたくさんありました。



私は、これからコロナと上手につき合っていくって、コロナが来る前の生活に早くもどれたらいいなと思っています。

表紙の花

ペチュニア



ペチュニアは、南米原産のナス科の植物で、花壇やプランターなどでよく見かける一年草です。

花の形はラッパ状で、色や模様はさまざまで、花期は春から秋まで長く楽しめます。ペチュニアの花言葉は、「あなたの魅力に気づいて」や「心からの愛」など、恋愛に関するものが多いです。

ペチュニアは丈夫で育てやすいので、初めてガーデニングをする方におすすめの植物です。水やりと肥料を正しく与えれば、きれいなペチュニアを長く楽しむことができます。

編集後記

5月中旬の朝の四時半、「ポッポ」と鳴く鳩の声に目を覚ます。自宅にあった磁石と禁忌剤をま

ずは使ってみることに。一週間には来なかったのですが、翌週の朝ともに雨樋の上の庇で休憩中…。効果なしでした。



更に百均のギザギザの鳥よけを設置して庇の上に鳩が留まれなくなるようにしました。翌週、なんとギザギザの上で休んでいる鳩が…。鳩は可愛いですが糞の害などもあり、やはり迷惑ですよ。皆さんも鳩対策はしっかりとしてください。(M)

先日衣更えをしていたら、タンスの奥からたくさんの手作りマスクが、出てきました。3年前の今頃、家に籠って孫達のためにひたすらマスクを手作りしたことを、なつかしく思い出しました。その頃の広報も新型コロナ一辺倒でした。これからイベントなども再開されていくと思いますので明るく楽しい話題満載の広報にしたいと思っています。関東地方も梅雨入りしました。

まずは体調管理を万全に、健やかな毎日を。(T)

今回、昭和の頃まで、本町通りの市が大変にぎわっていた風景写真を見て、子供の頃に住んでいた下町で、毎月三のつく日に縁日が開かれていましたが、子供心に毎回楽しみにしていたことを思い出しました。

志木市でも子供が楽しみに出来るような催し物があると良いなと思わず考えるようになりまし。(Y)

1	2	3	4	5	6
キ	ヨ	タ	イ	ジ	ヤ
7	ク	8	ウ	ダ	9
ブ	10	リ	11	12	カ
13	14	15	16	17	18
テ	ン	ヨ	ケ	グ	ア
19	20	21	22	23	24
ン	キ	リ	ン	マ	ダ
25	26	27	28	29	30
セ	ン	キ	ジ	テ	ハ
31	32	33	34	35	36
イ	モ	リ	シ	ラ	ン
37	38	39	40	41	42
ザ	ツ	カ	テ	ン	コ

広報やなせがわ 第五七号
編集 柳瀬川町内会 広報部

部長 宮川 憲一
委員 竹前 恵美子
委員 結川 一義