



牡丹が見ごろを迎えています。春爛漫という品種です(4月21日 大船フラワーセンター)

令和7(2025)年5月1日

賀寿団地自治会

自治会だより

春号(第155号)

主な内容 第1面:令和7年度自治会定期総会
第2面:新年度班長・副班長、役員 第3面:2~4月の主なイベント
第4面:お知らせ

令和7年度 自治会定期総会

活発な質疑応答が行われました

地域の課題に深い関心を示す



質問に答える山本栄治前幹事

小林徹自治会会長



質問をされた皆さま

四月十三日(日)自治会集会所にて、令和七年度定期総会が開催されました。会場には五十二名が出席し、委任状提出者が百八十二名で計二百三十四名、会員総数の半数を超え、総会が成立しました。

移動手段確保のプロジェクト継続

会長より、令和六年度事業・決算報告、令和七年度事業計画案・予算案、役員候補案が提示され、承認可決されました。移動手段確保のプロジェクト活動継続、ホームページの改定、新型コロナ後控えていた外へ出るイベント、具体的には果実狩りなどのバス旅行を復活するとの説明がありました。

空き家問題、外国人居住アパートでのゴミの出し方、各年度予算での繰越金の積極的活用、アルミ缶の回収などについて、質疑応答が行われました。

(詳細については、『令和七年度自治会定期総会議題』と、回覧中の『同議事録』をご覧ください。)

君の名は？

この花の名前は何でしょう？ 世界最高峰の山々が連なる山脈周辺が原産地です。

(4月7日 花こみち)



令和7年度 班長・副班長

班長			副班長（町の防災組織活動部）	
班	氏名	担当	氏名	担当
1	渡邊 和子	環境安全部	小原 義崇	避難誘導
2	大塚 寿美恵	健康文化部	鈴木 こずえ	救出救護
3	坂口 美砂枝	福祉部	成瀬 愛子	情報
4	千賀 テレサ	環境安全部	木下 仁美	消火
5	小田代 裕子	健康文化部	中村 あや子	家庭防災員
6	佐藤 かおる	福祉部	佐藤 悦朗	情報
7	中澤 信之	健康文化部	高瀬 実	救出救護
8	磯崎 恵理	健康文化部	後藤 真理子	救出救護
9	菊地 貴史	総務部	仲里 祈子	総務
10	土井 大輔	総務部	長谷川 智美	給食給水
11	長田 富美子	福祉部	竹村 房治	給食給水
12	高橋 幸彦	総務部	岩崎 美香子	避難誘導
13	坂齊 秀子	環境安全部	臼杵 玲子	消火
14	橋本 洋子	総務部	中村 雅正	給食給水
15	村田 有子	環境安全部	松本 紀代美	給食給水

（敬称略）

令和7年度 役員

役職	班	氏名
会長	12	小林 徹
副会長	14	菅野 幸男
副会長	12	時田 高雄
幹事	3	佐藤 一郎
幹事	1	松瀬 茂夫
幹事（会計）	3	三瓶 牧子
幹事（会計兼務）	12	小林 徹
会計監査	1	山崎 聖一
会計監査	14	清水 操

（敬称略）

9年間幹事を務められた山本栄治さん（1班）、3年間会計幹事を務められた松林昭さん（1班）が退任されました。長年お世話になり、ありがとうございました。

今年度より、幹事として松瀬茂夫さん（1班）、会計幹事として三瓶牧子さん（3班）が就任されました。よろしくお願いたします。

2025年2～4月は次のようなイベントが行われました

バランスのよい食事と3つの栄養素 **お茶のみ会** **2月27日（木）**

ヒューマンライフケア横浜から講師をお招きし、「高齢者の食事で注意すべきポイントは？」というテーマでお話をいただきました。

第1は、主食、主菜、副菜のバランスのとれた食事です。ごはん、パン、めん類などの主食（炭水化物）は体のエネルギー源になります。肉、魚、卵、大豆などの主菜（タンパク質）は血液や筋肉のもととなります。野菜、海藻、きのこなどの副菜（食物繊維、ビタミン、ミネラル）は体の調子を整えます。



講師は栄養科の小糸由里子先生です。分かりやすく説明していただきました



おかずの大きさが、ひと口大、みじん切り、ミキサーと3つの大きさの見本食を試食しました

第2は、3つの栄養素を摂取することです。たんぱく質、カルシウム、ビタミンDです。たんぱく質は先ほどの主菜で筋肉を作ります。カルシウムは乳製品や大豆製品、ひじき、切干し大根などに含まれ、骨や歯を作ります。ビタミンDはカルシウムの吸収を促し、きのこや卵、鮭などから摂ります。いずれも運動や日光浴をすることで効果がアップします。

おかずの大きさやとろみをつけた食事を実際に体験するなど、大変有意義な時間を過ごしました。

新型コロナ後、初めての開催 **カラオケ大会** **3月20日（木・祝）**



上手な歌に聞き入ってしまいました

カラオケクラブと自治会の共催で、5年ぶりに開催しました。主催者も力が入り、紅白の幕を飾り、舞台を設けて当日を迎えました。スタートは、「北国の春」を23人全員で歌い、のどならしです。

演歌だけでなくポップ調の曲を歌う方もいて、ほぼ全員が2回はマイクを握りました。カラオケ大会に初めて参加して、カラオケクラブからお誘いを受けた方もいたとか…。「いい気分転換になりました」「参加賞のお菓子がおしゃれでおいしかった」との声をいただきました。



↑締めは小林会長の木曾節で大いに盛り上がりました



クイズタイムで頭の体操です

歌って踊って、楽しく！

クラコミ音楽フェス

3月28日（金）



クラシック・コミュニティ横浜では、入居者だけでなく近隣の住民も招待し、「クラコミ音楽フェス」を開催しました。ハンマーダルシマー、ピアノ、ウクレレの三重奏にのせて、「春よ、来い」「糸」「さんぽ（となりのトトロ）」「旅立ちの日」などを歌い、楽しく体を動かしました。

←掲示板を見て、賀寿団地からも家族づれの方が参加してくれました

土曜日の
午後だよ

お知らせ

お茶のみ会

日時 5月17日（土）午後1時半～3時半

会場 自治会集会所

テーマ 気軽に健康チェック

血管年齢、足指力、握力など7項目

講師 戸塚第1地区保健活動推進員会

事前の申し込みは必要ありません。

ご家族、お子様連れも大歓迎

キッズコーナーもあるよ！

お気軽に足をお運びください。

民生児童委員 自治会福祉部

君の名は？ この植物の名は、**ヒマラヤユキノシタ**です。アフガニスタンから中国のヒマラヤ山脈周辺が原産地です。寒さに強く、育てやすい植物です。

犬を散歩される方へお願い

犬を散歩されるときには、ふんの持ち帰り、おしっこ跡に水をかけるなど、マナーを守ってお願いします。



～編集委員から～

先日、包丁と植木鋏を、「南戸塚支え合い隊」の方に研いいただきました。この団体は、戸塚町在住のお年寄りや体の不自由な方への生活支援ボランティア団体です。



包丁を研いでいます

障子の張り替えや電球交換、枝落としなども行ってくれます。お問い合わせは、南戸塚地域ケアプラザ（☎045-865-5960）までお願いします。

4月30日現在の世帯数は352世帯です。

発行：小林 徹（12班）
編集：菅野 幸男（14班） 佐藤 一郎（3班）
時田 高雄（12班） 松瀬 茂夫（1班）
（五十音順）

「自治会だより」は、賀寿団地のホームページで、第150号から見るができます。第149号以前をご覧になりたい方は、編集委員まで。

<https-www-homepaji-net.com>