



源氏池のほとりに冬牡丹。対岸で白く光っているのは鴟たちです(1月8日 鶴岡八幡宮)

自治会だより

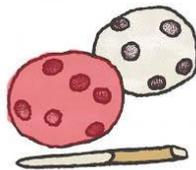
主な内容 第1面:会長新年のあいさつ 新春お楽しみ会
 第2~3面:最近の主な行事 第4面:家庭でできる防火対策10力条
 第5面:建築協定についてのお話(その2) 第6面:お知らせ

紅白豆大福で、新年を祝う!



大福を手に、笑顔の子供たち

新しい年を祝い、戸塚老舗和菓子店の紅白豆大福を希望者に差し上げました。百二十二世帯から三百セットの申し込みがありました。会員どうしの会話が弾み、子供連れの若い家族は嬉しそうに大福を受け取っていました。



**班長さんの協力で
スムーズに運営**



「はい、紅白豆大福をどうぞ」

受付、案内誘導、会場飾り付けなど、班長さんと役員で分担して進めました。混雑が予想されることから、今年は、班別に集会所玄関と窓側の二カ所に受付を設けました。「大福はフワフワしておいしい。新年らしい行事もしたいね」という声が聞かれました。



新年にあたって

賀寿団地自治会会長 小林 徹

皆さん、明けましておめでとうございます。今年も午年です。馬にあやかり威勢がよく、かつ親身な自治会運営をしてまいります。

令和七年度の計画で、二月にお茶のみ会、三月は大人から子供まで参加できるカラオケ大会を計画しております。年度初めに計画した果物狩りや名所の見学会を実施できませんでしたが、来年度は是非実施したいと思っております。終わりに、皆様のご健康とご多幸を祈念してあいさついたします。

君の名は？
 この花の名前は何でしょう？ 答えは「自治会だより」のどこかに出ています。探してみてください。
 (2025年12月8日 俣野別邸庭園)



2025年11～12月の主なイベント

貯筋してください！

さわやか賀寿クラブ

11月5日（水）



椅子立ち上がりテスト。胸の前で腕を組み、立ち座りを5回繰り返します（左が井上恵美子先生）

さわやか賀寿クラブでは、年に1回体力測定を行っています。今回も平成横浜病院のリハビリテーション課から、井上恵美子先生を講師にお招きし、バランス、椅子立ち上がり、歩行の3種類のテストと握力の測定を行いました。先生からは、「体操を続け、貯筋してください。バランスのよい食事も大切です」とのお話がありました。



立ち上がりテストの結果が低かったときは、足を組んで、背中を伸ばして前屈し、お尻の柔軟性を高めるといいます

カラオケを楽しみました

お茶のみ会

11月27日（木）

お茶のみ会は、3カ月に1回、民生委員主催、福祉部共催で実施しています。今回は、最初に「はまちゃん体操」を行ったあと、カラオケを楽しみました。

民生・児童委員の杉本晴子さん、田口明子さんが3年間の任期を終えました。お茶のみ会はもちろん、日頃の活動でも大変お世話になりました。



杉本 晴子さん（7班）

民生委員として「お茶のみ会」を企画し、皆様との交流と憩いの場として、少しでもお役に立てることを願って活動してきました。ご参加していただいた皆様、本当にありがとうございました。



田口 明子さん（15班）

改選の時期を迎え、民生委員を次の方に引き継ぐことができました。民生委員としての活動を通じ、沢山の方との出会い、学ぶことが多くありました。皆様の温かいご協力に感謝申し上げます。



皆さん、得意の喉を披露していただきました。進行はカラオケクラブの菅野幸男さんをお願いしました

3日間生活できるよう備えを

地域防災拠点訓練

11月29日(土)

南戸塚中学校で、近隣9つの自治会が集まって、地域防災拠点訓練が行われました。賀寿団地からは20人が参加しました。

防災アドバイザーの伊藤朋子さんから、「3日間、家から1歩も出ずに生活していけるように備えてください。自治



非常時の炊飯用に無洗米を一人分ずつ袋に詰め、水を注ぎます

会の役割は、近所の安否確認、在宅避難者名簿の作成、避難所からの支援物資の運搬、復旧に向けた話し合いなどがあげられます。在宅避難のデメリットを連携でカバーしましょう」とのお話がありました。

メガ炊飯器を使って、ご飯を炊く実習も行い、できあがったご飯を参加者が持ち帰りました。参加者から、「いざというとき、役に立つね」という感想が聞かれました。



スクリーンを前に災害時の自治会の役割などについて説明する防災アドバイザー伊藤朋子さん

簡易トイレの製作に挑戦!

防災のつどい

12月7日(日)



ダンボール箱を使って、簡易トイレを作っています

班長、副班長を中心に集まり、防災のつどいを開催しました。災害時に一番困るのはトイレです。今回は、ペットボトルの空箱、ゴミ袋、新聞紙を使って、自分たちでトイレを作りました。市販の簡易トイレでよいので、準備しておきましょう。新しく購入したガス発電機の試運転、カレーライス提供も行いました。

最後は、お楽しみのビンゴゲームです。数字を読み上げるたびにため息と歓声がわき、楽しい時間を過ごしました。



ガス発電機の試運転です



カレーライス用のご飯を作っています



ビンゴ、大当たり! いい笑顔ですね

火災を未然に防ぎたい！

家庭でできる防火対策10カ条

例年、12月～3月は火災が多く発生する時期です。家庭での火災はちょっとしたことが原因で起きているようです。そこで今回は、火災を未然に防ぐための対策を考えてみましょう。

1. ストープには、燃えやすいものを近づけない

2. 揚げ物などの際には、目を離さない

料理中の電話や来客、子供の相手などでその場を離れるときは、一度火を消しましょう。

3. 家の周りには、燃えやすいものを置かない

家の周りに新聞紙や雑誌など、燃えやすい物を置いておくと、放火の標的になることがあるそうです。



4. 寝る前に、必ず火元を確かめる

出かける前にも確認が必要です。

5. 電気の配線に注意しよう

タコ足配線やコンセントのほこりは発火の原因となります。

6. 風が強いときは、焚き火をしない

7. 子供にマッチやライターで遊ばせない

マッチやライターは、日頃から子供の手の届かないところに置くようにし、火の正しい使い方や、火は危険だということを教えましょう。

8. お風呂の空焚きは厳禁です

9. 高齢者や身体の不自由な家族を守る対策を考える

隣り近所の方々にあらかじめ協力をお願いしておいたり、すぐ逃げられるように部屋を1階にするなどです。玄関に近い部屋だとなお安心です。

10. 消火の備えは万全に！

必要に応じて消火器などの備えを日頃からしておきましょう。また、万が一火災が起きた場合の連絡や、避難方法などもあらかじめ確認しておくとういことです。



もし火災が起きてしまったら、
「早期発見、早期避難」が大切です。

*この内容は、東京ガスの暮らし情報メディア「うちこと」を参考にして作成しました。
イラストは、地方自治体のホームページよりお借りしました。

賀寿団地建築協定のお話（その2）

「賀寿団地建築協定」は、**静かな一戸建て専用住宅の環境を維持増進すること**を主な目的とし、緩やかな協定となっていますが、建物の用途制限に絞り協定化しています（建築協定第5条）。

賀寿団地の建築物に係わる法令等による制限は？

建築物の用途区分には、住宅地、商業地、工業地などがありますが、賀寿団地は、「第一種低層住居専用地域」と、1班、2班、11班の一部が「第一種住居地域」になります。

	建ぺい率	容積率	外壁後退距離	敷地最小面積
第一種低層住居専用地域	40%	80%	前面道路から1m 隣地境界線から0.5m	125㎡ いくつかの条件により、最小面積以下でも建て替えが可能になります
第一種住居地域	60%	200%	同上	同上

建築協定豆知識

建ぺい率とは？

敷地との割合で建物の密集度を決めます。**敷地面積に対する建築物の建築割合**です。

$$\text{建ぺい率 (\%)} = \text{建築物の建築面積} \div \text{敷地面積} \times 100$$

建ぺい率が低いと建築面積が小さくなり、芝生など緑地が多い住環境を作ることができます。

容積率とは？

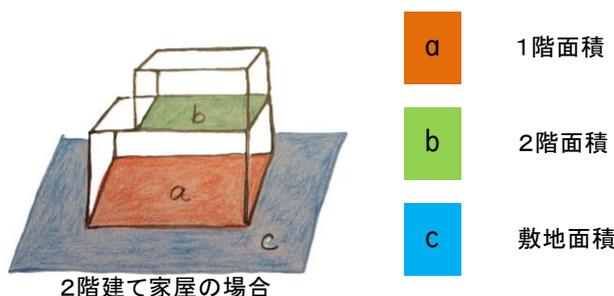
建物の延べ面積を制限するのが容積率です。**敷地面積に対する建築物の延べ面積の割合**です。

$$\text{容積率 (\%)} = \text{建物の延べ面積} \div \text{敷地面積} \times 100$$

容積率が高いとは、敷地面積を有効に利用した階数の多い建物ができるということです。

$$\text{建ぺい率 (\%)} = a/c \times 100$$

$$\text{容積率 (\%)} = (a+b)/c \times 100$$



もっと知りたい方は？

用途地域、建ぺい率、容積率、高度地区については、

横浜市建築局都市計画課 ☎045-671-3510

建築協定区域については、

横浜市都市整備局地域まちづくり課 ☎045-671-2667

パソコン、携帯電話（スマホ）で確認したい場合は、

(i マッピー) 横浜市行政地図情報提供システムで検索してください。

次回最終回は、建築協定地区等での新しい動きや、新たなニーズへの対応についてお話しします。

(建築協定運営委員長 佐藤 一郎)

お知らせ



お食事ツアー

お話をしながらランチを楽しみましょう。
1人でお出かけが困難な方、移動手段が
無い方などをサポートします。



- 日時：2月18日（水）11:30集合
- 出発地：賀寿団地内
- 食事場所：かごの屋 立場店
- ※帰りにグリーンファームに寄る予定です
- 参加費用：500円（別途食事代1210円～）
- 募集人数：6名
- 申込締切：2月10日（火）



昨年、お買物ツアーを2回行いました。
今回は、お食事ツアーを開催いたします。

詳しくは、回覧、掲示を
ご覧になり、お申し込みく
ださい。

かごの屋立場店→



賀寿健康福祉プロジェクトチーム



先日、鎌倉鶴岡八幡宮の「神苑
（しんえん）ぼたん庭園」に行きまし
た。牡丹といえば本来4～5月に咲くの
ですが、この時期に咲く牡丹には冬牡丹
と寒牡丹があります。この庭園には冬牡
丹があり、アイスチューリップと同じよ
うに、本来春に咲く苗を温度管理によっ
て「春だよ」と思わせて咲かせたもの。
寒さ厳しいこの季節に艶やかに咲く姿に
は魅了されますね。

2月中旬まで開園の予定、入園料は、
500円です。ぜひお出かけになってみ
てはいかがでしょうか？（第1面左上に
冬牡丹の写真を掲載しています）。

（編集委員）

お茶のみ会

日時 2月26日（木）10～12時

会場 自治会集会所

内容 **フレイル予防について**

講師 **西横浜国際総合病院**

理学療法士 田中 江祐先生

参加は自由です。事前の申し込みは必要
ありません。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、**キチジョウソウ**
（吉祥草）です。この花が咲くと家にいいこと
（吉祥）が起きるといわれています。よく、茂っ
た草むらに生えていて、葉より低いところに花を
つけ見つけるのがむずかしいところから、こんな
名前がついたようです。

1月31日現在の世帯数は342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） 山本 栄治（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153号から見るができます。第15
2号以前をご覧になりたい方は、編集委員まで。

<https://www.homepaji-net.com>

←アドレスが変更になりました。