



◆防犯巡回パトロール「ごくろうさまー」のお声掛けを

今年も 7 月から毎週土日の夕方「防犯巡回パトロール」を開始しました。大橋会長をはじめ役員のみなさん、班長のみなさん、子供会などのみなさんの協力を得て、基本 3 名 1 組となり、かわはら台のメイン通りを軸に路地を 1 本ずつパトロールしております。



そもそもは東京のベッタウンとして発展してきた牛久かわはら台。日中はほとんどの家が留守なことから、当時のかわはら台商店主からの要望で、空き巣などのドロボウ被害を阻止しようと、はじめられた自警団的な組織でした。



昨今ではルフィー強盗団に見られるように、昼夜を問わず強引な方法で侵入し、現金や貴金属を強奪していく手口に変化しております。しかし、犯行には必ず下見が行われており、不審車両や不審人物が複数名により記憶・記録されることは、犯人にとって不都合極まりないこと。パトロールは強力な抑止力になります。

パトロール隊は緑色のベストに青色灯を持ち、拍子木をたたきながら巡回します。巡回時にすれ違うときには区別なく挨拶をします。夏の暑い盛りで、当番の方々にとっても負担もありますが、パトロールを継続することは、地域の安全と家族を守る一助になっているとの思いで、歩が進められます。



かわはら台の住民のみなさんもパトロールをお見掛けになったときは、「ごくろうさまー」「ごくろうさん」と声掛けをお願いします。

お声掛けされると不思議と「うれしさ」がこみ上げます。特別なことをしているのではないけれど、コミュニケーションが図れていることを実感するとともに、励みにもなります。『励み、励まされる、いい関係』これがご近所力でしょうか。

◆夏休みラジオ体操



「腕を前からあげて、大きく背伸びの運動からー」ピアノのさわやかな旋律とともにこの名フレーズが流れれば、身体が自然と動き出す…、忘れてる？動かない？「動いてよー」というシンジの名セリフが聞こえてきそうです。



夏休みの朝と言えば、「ラジオ体操」。6時20分集合、6時30分開始。自分の小学生のころを思い起こせば、ほぼ出席したことがなく、朝から金ノ台カントリークラブの中でカブトムシとクワガタ捕りに専念し、夜はペルセウス流星群を追いかけて、朝起きられなかったことを思い出します。

夏休みのラジオ体操は、私のような怠惰な時間を送らないように、昭和30年の神田万世橋署の警察官が夏休み初日7/21に千代田区神田にある「佐久間公園」にて開催したのが最初。当時130人の子どもたちが集まったそうです。いまでも公園には「ラジオ体操発祥の地」と記された碑があります。



健康増進を目的としたラジオ体操は、戦前の昭和3年から始まり、現行のラジオ体操は3代目で昭和26年につくられました。ラジオ体操第二は翌年に企業・職場の大人向けに開発されました。



驚くべきはその効能です。ラジオ体操を3年以上・週5日以上実践している55歳以上の男性211名・女性332名・合計543名を調査した結果、「血管年齢の若返り」「体力年齢の若返り」「血行促進による肩こり腰痛解消」「骨粗しょう症予防」などが見られ、体力年齢は20歳以上若くなるとのこと。



この調査の中で、生きがいをもって、いきいきと毎日を過ごせているという人が、大半を占めていたということに驚きました。健康維持することの大切さを思い知らされます。すぐに気軽に始められるラジオ体操。まずはこの夏休み、地元の子どもたちとはじめませんか？

後半ラジオ体操は8/26～8/29から再開されます。積極的なご参加をお願い致します。

◆夏休みの自由研究～ペルセウス座流星群



カシオペア座の東側にあるペルセウス座。ペルセウスはギリシャ神話で海神の 3 姉妹の一人メドゥーサ(目が合うと石になる)を退治した人です。

ペルセウス流星群は、**8/12～8/14 の夜 9 時頃から明け方の 3 時**の間、カシオペア座とペルセウス座の間を中心にたくさんの流れ星が見られ、8/12 夜の 11 時にピークを迎えます。

問 1、1 時間に何個ぐらいの流れ星があるのでしょうか。

問 2、放射点を中心に放射状に流れるのでしょうか。

問 3、ピークは 11 時だが、その時間が一番多く出現するのでしょうか。

問 4、流れ星の色は白だけでしょうか。青や赤はないのでしょうか。音はしますか。

問 5、長く伸びる流れ星も出現しますが、位置は高いところですか。

いろいろと仮説を立てて、自由研究に臨んでみてください。

この他にも、8/15 午前 2 時 火星(赤い 0.9 等)と木星(-2.2 等)のランデブー、8/20・8/21 午後 8 時 土星と満月のランデブーなど 夏は天体ショー目白押しです。

◆デジタル防災訓練

～かわはら台公式 LINE 登録者限定

デジタル防災訓練 ; 令和6年9月1日 日曜日 午前9:00

【かわはら台公式 LINE】 登録はこちらの QR コードから



・実施日前 8月25日～8月28日頃に公式 LINE にて事前にアナウンス致します。

・訓練内容は2点

●お住いの班を選択する

1～17 班

●避難状況を選択する

避難しています

自宅にいます

助けが必要です

参加は自由です、多くの方のご参加をお待ち申し上げております。

今回は試験的な訓練ですので、個人情報取得しない形式といたします。

避難状況についてはどれを選んでいただいても問題はありません。

◆8 月定例会のご報告

8 月10 日土曜日13時 30 分より第 5 回定例会を開催しました。

1.かわはら台夏祭り参加のご依頼 … 8/25 15 時～17 時

射的・スパーボール・輪投げ・ストラックアウト、会長賞はコストコのトレットパーパー・キッチンパーパー

2.庭木の手入れ、自宅周りの草取り実施のご依頼

自宅前の景観を含めて「我が家」であることをご認識ください。

3.班内会議実施報告 … 3 班 7/20 土曜 13 時～14 時

班内コミュニケーションの充実を図ることが目的です。災害時のご近助に繋がります。

4.ペットの正しい飼い方について

犬の散歩中の責任ある行動をお願いします。放置は厳禁です。

猫は家の中で飼うようお願いします。エサを与えたら飼っていると看做されます。

5.神谷小学校の草刈り、ラジオ体操参加のご依頼

草刈り実施日 9/21 土曜 8 時～9 時、ラジオ体操 8/26～29 6:20 集合