

2021 8月

(予定は変更になることがあります)

日	月	火	水	木	金	土
8月1日 子ども教室 役員会 専門部会	2 子ども教室 あかしあ 子ども シネマ	3	4	5 野菜即売	6	7 子ども教室 あかしあ シネマ
8 山の日	9 振替休日	10	11	12	13	14
コミュニティハウス夏期休館 8/10(火)~8/19(木)						
15	16	17	18	19	20	21 夏祭り 中止
コミュニティハウス夏期休館 8/10(火)~8/19(木)						
22 リサイクル	23	24	25	26 野菜即売	27	28 リサイクル さくらんぼ
29 子ども教室	30 子ども教室	31	9月1日	2 野菜即売	3	4 あかしあ シネマ

青自治会 緑地域全体行事 紫まち協 茶ふれあい協 橙あかしあクラブ 黒健康推進委員

リサイクルデー (再生資源ごみ回収運動) (環境部)

8月15日(日) 8:30まで

2・3・4丁目戸建、ロイヤルヒルズ、1丁目社宅

8月22日(日) 8:30まで

1・5丁目戸建 さくら坂戸建

8月28日(土) 8:00まで

夏休み子どもシネマ (コミュニケーション部)

8月2日(月) 第一部9:30~第二部 13:30~
「スタンドバイミーどらえもん2」

あかしあシネマ (コミュニケーション部)

8月7日(土) 9:30~11:25

「おかあさんの木」磯村一路監督 出演:鈴木京香 志田未来 三浦貴大 2015年作品

9月4日(土) 9:30~

「殿、利息でござる!」中村義洋監督 磯田道史 原作 主演:阿部さだお 瑛太 妻夫木聡
於:コミュニティハウス集会室

あかしあ台2丁目宅地造成説明会の開催

(京阪電鉄不動産・セキスイハイム近畿・A&Eプランニング)

9月12日(日) 16:00~18:00

ウッディタウン市民センタ集会室

コロナの感染状況により行事等が中止になる可能性があります。ホームページからお知らせします

コミュニティハウス夏期休館のお知らせ

8月10日(火)~8月19日(木)

コミュニティハウスの開館曜:日・時間

当分の間 16:00 閉館とします

9時~12時 13時~16時(月~土 日・祝休館)

あかしあ台夏祭り中止のお知らせ

8月21日(土)に予定されていた夏祭りは、新型コロナウイルス蔓延防止のため中止します

9月おしゃべりカフェ

9月5日(日) 13:00~14:00

フレイル予防教室 フレイル予防の食事

指導:栄養士 縄岡さゆり先生

事前申込み不要

(健康推進員・コミュニケーション部共催)

8月おしゃべりカフェはお休みします

野菜即売会 (あかしあサポート) 毎月第1・3(木)

8月5日(木) 19日(木) 10:00~

1丁目カシノ木公園(ハウス裏) 売切次第終了

まち協行事・あかしあっ子行事

8月のまち協行事はお休みです。

あかしあっ子(放課後こども教室)の行事はカレンダー内に次ぎのように標記しました。子ども教室・さくらんぼ

あかしあ台自治会事務スタッフ募集

あかしあ台自治会の会員の方で、コミュニティハウスで自治会のお手伝いをしていただける方を募集します。

仕事内容:窓口・電話でのお問い合わせ対応、書類作成・パソコン作業(Word・Excelの基本操作ができること)等の一般事務、自治会行事のお手伝い、館内の簡単な清掃作業

勤務:週2~3日程度(原則)

勤務時間:9時~17時(昼休み有り)

給与:あかしあ台自治会給与規程によります

*履歴書(JIS規格・写真添付)を自治会事務所にお届けください。

*詳細は、自治会事務所(電話079-565-2870)まで、お気軽にお問い合わせください。

8月回覧板は感染予防のため中止します。詳細情報は右のQRコードから

自治会HP・まち協HPをご確認ください。



自治会

まち協



日時：7月4日（日）13：30～14：30
場所：コミュニティハウス 集会室
主催：あかしあ台自治会コミュニケーション部



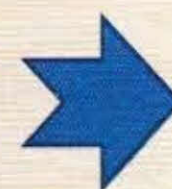
コロナ禍の中「おしゃべりカフェ」も1年以上にわたり中止が続いていましたが、ようやく会館も利用ができることとなりました。そこで再開にあたり、参加者のみなさんの元気づけになるようであればとあかしあ台在住の元タカラジェンヌの草笛雅子さんとお友達の元タカラジェンヌの森岡令子さんが「まさこのミニトーク」と題し、トークと歌で楽しいひと時をつくってくださいました。

トークの一部を紹介しますと、コロナ禍で大きな声を出さないで口の中の筋肉が衰えています。そこでアンチエイジング策として大きな声を出す方法を教えていただきました。それは手ぬぐいトレーニングで①タオルの両端を持ち、カレーライスを食べる動作をイメージして大きな口を開けて②両手を上にあげると同時に大きなあくびをする。③その状態で声を出すと口の筋肉がゆるみ高い声が出ます。これを1日1回することにより顔もきれいになり、アンチエイジングにもなるそうです。そのあと「質問コーナー」が設定され、「風呂で歌う歌は？」などの質問に対し、宝塚歌劇団時代のエピソードを交えながら丁寧に答えておられました。さらには、お二人の美しい歌を披露していただき、約30名の皆さんは、うっとりとなされ、充実した時を過ごされました。

また、アンチエイジングのためには、大きな声で歌いましょうとお二人が郷の音ホールで「マーレイ コーラス」と題し、9月から「ポップスを中心に楽しく歌の世界をご一緒に広げませんか？」とした内容の混成コーラスを主催されます。参加費もリーズナブルですのでぜひ参加をお願いします。詳しくは、あかしあ台自治会のホームページ又は079-559-4608（草笛さん）へ問い合わせください。



あかしあ台自治会
コミュニケーション部
の案内



あかしあシネマが再開されました



日時：7月3日（土）13：30～15：00

場所：コミュニティハウス 集会室

主催：あかしあ台自治会コミュニケーション部

新型コロナウイルス感染予防対策をしっかりと行い、7か月ぶりに「あかしあシネマ」が再開され、参加者14名で「56年目の失恋」を鑑賞しました。主人公の見習いシェフが2020年から56年前のオリンピック直前の東京にタイムスリップし、そこで出会ったシェフとの交流を通し、若い頃のおばあちゃんの恋路を応援していき、その中で主人公は自分の料理に足りないものや自分の正直な気持ちに気がついていくストーリーでした。参加者の皆さんは久々の映画を楽しまれ、又来月も来ますとお帰りにになりました。

毎月色々なジャンルの映画を紹介し、束の間のひとときを過ごしていただきたいと企画されています。コミュニケーション部の皆さんありがとうございました。

次回の「あかしあシネマ」は、8月7日（土）9時30分～11時25分、鈴木京香主演「おかあさんの木」が上映されます。詳細はホームページをご覧ください。



まちなか花盛り運動(あかしあクラブ)

あかしあクラブでは、「まちなか花盛り運動」の一環として7月14日にあかしあ台公園のフラワーポットに夏の花を植えつけられました。公園に遊びに来られる方たちをきれいな花たちが出迎えてくれることでしょう。

あかしあクラブでは、1丁目、5丁目及びあかしあ台コミュニティハウス周辺のフラワーポットにも花を植え付けていただいております。

あかしあクラブの皆さんありがとうございました。



フレイル予防教室 (健康推進員主催)

7月12日(月) 14:00～

あかしあ台コミュニティハウス集会室

医療先進国の日本において、新型コロナウイルス感染防止にともなう緊急事態宣言や蔓延防止等特別措置がこれほど長期にわたってつづくとは当初は想像すらできませんでした。100年前のスペイン風邪と同様、3年もの長きにわたって警戒を続けなければならないのでしょうか。長い蟄居生活にともなうフレイル防止のために、コミュニティハウスの閉館措置の解除にともない、あかしあ台健康推進員の皆様が、ウディタウン地域包括支援センターの協力を得て「フレイル予防教室」を開催されました。

参加者は24名、吉川充子先生の指導の下、椅子にすわって、高齢者にも無理のない体操を教えてくださいました。タオル等の小物を使った体操もあり、変化に富んだ、日常的にどこでも活用できるフレイル予防体操をユーモアとともに教えてくださいました。

フレイルとは：厚生労働省研究班の報告書では「加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像²⁾とされており、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味します。



あかしあ台で台風(特に暴風)・集中豪雨に備える!

あかしあ台は住居が高台にあり、台風・集中豪雨による浸水被害への警戒はほとんど必要の無い地域ですが、家の前の側溝等の落葉の詰まりにともなう水たまりの発生など通行の障害になる場合がありますので、落葉の除去等ご配慮願います。まち開き以来、三十数年の経験の中から、台風・積乱雲の発生にともなう暴風には気を付けなければなりません。街路樹(特にリング道路のニセアカシア)や庭木の倒木、道路脇に設置された鉄の支柱の交通標識や街路灯・、戸建て住宅の庭に立つ給電ポール(電力会社の所有ではなく当該戸の持ち物です)の倒壊、カーポートの透明プラスチック屋根・太陽光パネル・庭に置かれているガーデン家具等の飛散など、事前点検や飛ばされな対策が必要です。また、暴風雨の中で徒歩や車で外出は危険です。倒木や飛来物の直撃に遭うと命を落としかねません。

大規模広域被害(大規模停電・断水・交通の途絶等)が発生したときには、三田市は陸の孤島になり、帰宅困難等が発生する可能性もあります。日頃から、家族内で非常時の対応の話し合いが必要です。

あかしあ台自治会では、自治会ホームページの防災防犯関連ページに、様々な詳しい防災情報や災害時伝言ダイヤルの設定方法の知識を得るためのリンクを張っています。QRコードからアクセスしてください。



あかしあ台自治会事務所

あかしあ台コミュニティハウス あかしあ台1丁目50-3

開館時間 9:00～12:00・13:00～17:00(日曜祝日閉館) Tel.079-565-2870 Fax.079-565-7055

メール: akashia@jttk.zaq.ne.jp

HP: <https://www.akashiadai.org/>

HPはQRコード→



自治会員様限定 ご利用特典

2021年11月末日まで。ご利用の際はこの紙面をご提示ください。



除菌・消臭 車内も安心、快適に!
クレベリン

軽自動車・セダン・2ボックスクラス

2,530→1,650円(税込)

ワゴン・ミニバン・SUVクラス

3,850→2,750円(税込)

※クレベリンは高濃度二酸化炭素ガスのチカラにより車内を除菌・消臭・ウイルス除去の効果を発揮!! ※クレベリンは太陽電池(緑)の登録商標です

ご予約・お問い合わせは…



ネットヨタ神戸 **ネットテラス新三田**

〒669-1322 三田市すずかけ台3-1

営業時間9:30～18:00 TEL **079-565-5111**

※ご利用の際は事前にお電話にてご予約ください。(特に土日祝日は込み合います)

FINE
STYLE

自治会員様だけの限定クーポン



髪にやさしい・頭皮にやさしいオリジナルカラー!!

プラセンタカラー (髪質向上カラー)

通常¥8500(税込)⇒自治会員様 ¥6800 (カット・ブロー別)

有効期限 2021年9月30日まで

三田市あかしあ台5-32-1 殿ビル5F

美容室 ファインスタイル

TEL **079-564-7737** (予約制)

営業時間 am 10:00～pm 7:00 / 定休日・月曜日

