

自治会だより

- 「町内班対抗グラウンドゴルフ大会」の追加募集について
11 月 24 日開催の「町内班対抗グラウンドゴルフ大会」は班対抗で行うため各班 6 名以上の参加が必須です。各班、参加申込者が 6 名に満たない場合は体育委員さん・班長さんが追加募集して回ります。
大会は班でチームを作り班内の皆さんが親睦を深めることを大きな目的にしています。追加募集で誘われた時は、ぜひ参加をお願いします。
- 11 月は町内・校区の行事が目白押しです。行事予定をお知らせします。
 - 11 月 1 日：町内 消防設備点検（自主防災クラブ）
 - 11 月 2 日：校区 グラウンドゴルフ大会（町内から 8 名参加）
 - 11 月 8 日：北部東小学校運動会（雨天時は 9 日に順延）
 - 11 月 15 日：校区 震災対処訓練（町内の避難所運営委員が対象）
 - 11 月 19 日：町内 ゆがみとり体操教室
 - 11 月 23 日：校区 ウォークラリー（参加申込みは 13 日までに公民館連絡 BOX に入れる）
 - 11 月 24 日：町内 班対抗グラウンドゴルフ大会（追加募集中）
 - 11 月 30 日：校区 ニュースポーツ大会（ボッチャ、モルック）回覧版参加者募集

- 北部東小学校の校舎の解錠時刻の変更
小学校校舎の解錠時刻はこれまで 7 時 30 分でしたが、11 月から 7 時 45 分に変更になるそうです。（先生が出勤する前にケガをする児童が増えたため）
このため、自治会のあいさつ運動は開始時刻を 7 時 25 分に変更します。（7:25～8:00）

令和 7 年校区ビーチボールバレー大会

10 月 5 日に校区ビーチボールバレー大会が開催されました。
ビーチボールバレー大会は男子 45 歳以下の部に湯ノ谷・鶴団地チームとして濱崎さんが、女子の部に鶴団地・蔵屋敷チームとしてさん・さんが参加され、女子の部は見事優勝に輝きました。



<自治会からのお知らせ（お願い）>

☆資源物回収にご協力を!!



スチール缶（缶詰、缶コーヒー）、ペットボトル、ステンレス、ドリンクの瓶等はおささないでください。

10 月の回収益 22,650 円

自治会累計 1,466,897 円

（助成金 478,650 円を含む）

今月の予定

- 1 日（土）消防設備点検午前 8 時～
 - 4 日（火）あいさつ運動 午前 7 時 25 分～
いきいきサロン 午前 10 時 30 分
 - 9 日（日）公園愛護活動 午前 8 時～
資源物回収 午前 9 時～
 - 10 日（月）あいさつ運動 午前 7 時 25 分
 - 18 日（火）いきいきサロン 午前 10 時 30 分
 - 19 日（水）ゆがみ取り体操教室 午後 7 時～
 - 20 日（木）理事会 午後 7 時～
 - 24 日（月）班対抗グラウンドゴルフ大会 午前 8 時 30 分～
 - 26 日（水）瓦版編集会議 午後 7 時～
 - 27 日（木）瓦版印刷 午前 9 時～
 - 28 日（金）班長連絡会議 午後 7 時 30 分～
- ※「いきいき百歳体操」は毎週金曜日 10 時から
※「健康マージャン教室」は毎週月曜日 13 時から

<令和 7 年度町内ゴルフ大会>

令和 7 年度町内ゴルフ大会は、10 月 5 日菊地高原で開催、会長の始球式で始まり 12 名（初参加 3 名）が楽しく競い合いました。

さんが鶴友会コンペに引き続き優勝となりました。大たたきしたところが隠しホールにはまり幸いましたようです。

上位 5 名の成績 敬称略

順位	氏 名(班)	イン	アウト	グロス	ネット
1	(11)	54	50	104	72.8
2	(11)	44	49	93	74.6
3	(5)	49	46	95	74.6
4	(12)	45	49	94	74.6
5	(8)	47	47	94	74.8

平均打数：100 BG：92（さん・さん）



サロンコーナー

いきいきサロン

10 月も下旬になりやっと涼しくなりました。今年は 5 月から気温が高くなり、およそ半年ぶりに屋外でのゲームを楽しむことができました。
ゲーム終了後は参加者みんなで和やかに会食をしました。



班だより

6 班 班長

6 班の班長を務めさせていただいております。
突然ですが皆様は推し活されてますでしょうか。

私には推しがたくさん各方面にあります。

例えばアーティストだと SixTONES、声優だと石田彰さん。

ゆるキャラだと大阪万博のミャクミャク、中日ドラゴンズのドアラです。

推し活は推しキャラを応援する活動のことを指しますが、日々の生活において心の支えとなることがあります。

心療内科では、メンタルヘルスの重要な要素として推し活がストレス解消やリラックスの効果があるとされているそうです。

とは言え過剰になりすぎると「現実逃避」として利用をすることもあり良くないそうなので適度なバランスが大事なんだそうです。

今日も頑張っている推しの SNS に「いいね」を押しまくって私も仕事を頑張りたいと思います。何かと忙しくしていますが 1 年間宜しくをお願いします。

ようこそ鶴団地へ

12 班に、さんご家族が 8 月に転入されました。よろしくお願いします。

サークル活動

<グラウンドゴルフ>

グラウンドゴルフに加わりませんか！！

鶴団地グラウンドゴルフ愛好会では毎週 3 日（月、木、土曜日）、午前 8 時から 1 時間程度、近くの熊本市北部浄化センターグラウンドでグラウンドゴルフを楽しんでいます。
1 ラウンド（8 ホール、240 メートル）を 3 回、1 ラウンド毎に 5 分程度休憩しながら無理なく競技を行います。会費は無料で、用具は当面鶴団地自治会からお借ります。



朝の散歩代わりに気軽に「ちょっとやってみたいな～」と思った方ご連絡ください。

連絡先：7 班（さん・さん）

里地・里山の生き物

7 班

（22）ツユクサ

「ツユクサのように儚（はかな）い・・・」とは古くからよく使われてきたフレーズですが、もう死語かも思うことがあります。「梅雨草？」などと問い返されると、「あ～終わったな」と諦めの気持ちで下を向くしかありません。

朝咲いて午前中にはしぼんでしまう一日花（実際には半日花）であることから、すぐに消えてしまう朝露にたとえて「露草」というのが通説。ただ、語源は少し不確かで、花の汁を布や和紙を染める着色料として使ったことから「着く草」、転じて「月草」、さらにツユクサになったとも言われます。染めても水ですぐに

落ちることから、移ろいやすい恋心のたとえとして使われることもあります。こちらも儚いの文脈でしょうか。

町内を歩けば、路傍や人家の庭先などに、ごく普通に見られる日本在来の野草です。通学、通勤の人々には、朝露に濡れた小さな花を眺める余裕などないですよね？。でも、ゆっくり、のんびり、朝の散歩をされる熟年の方々には覗き込んでもらえるかもしれません。



小さいのに花の形や仕組みは、意外と「へっっ！」の塊です。花は蜜は出さず、花粉を食べさ

せて虫を呼び込みます。そこで、出来るだけ少量の花粉で呼べるよう、一番奥の雄しべは黄色い葯の部分を大きくして目立たせます。ただしこの雄しべは花粉を作りません。手前中央の1本と、最も手前の2本の雄しべが花粉を作ります。大量の花粉があるように見せかけて、少量の花粉で受粉にこぎ着ける作戦です。また、半日花ですので、受粉がうまく出来なかった花では、午後になると雌しべと花粉を持った3本の雄しべが花の奥に向かって巻き込み、雌しべに花粉が着くようにしています。これとは別に、花を開かせなくても実が作られる閉鎖花という花も付けます。小さくてもなかなかの知患者なのです。

くまもと歴史散歩

絵図で歩く「くまもと城下町」(24) 子飼界隈―豊後街道筋と武家屋敷跡― 5班

1 豊後街道筋を歩く

建(たて)町の立田口構口を出ると道幅が広くなります。江戸時代初期、立田口と称していた場所で、豊後街道の事実上の起点でした。東へ200mほど歩くと薬園(やくえん)町です。ここが菊池往還の起点です。この往還は三軒町・室園・須屋を経て菊池に至り日田へ通じており、ここは交通の拠点でした。薬園町は藩主細川重賢の宝暦の改革の一つである薬草園(蕃滋園)があった場所に由来します。その御薬園の東側に九本寺があります。この一帯は六つの道(六道の辻)が集まる交通の要衝でした。ここには白川の渡船場で子飼の渡し

が設けられていました。写真①は現在の子飼交差点です。

街道筋を少し歩くと小幡神社があります。その東側に小公園があり、ここが一夜塘跡(いちやどもあと・写真②)です。加藤清正公はこの地に土居を築きましたが、寛政8年(1796)

辰の年の洪水でこの塘が崩壊し、藩主細川斉茲が一夜で修復築造したので一夜塘の由来が残る遺跡です。白川は度々大洪水を起こしています。近年では昭和28年6月26日の熊本大水害で子飼は大きな被害を受けました。現在の子飼橋の袂にある国土交通省白川地域防災センター(白川わくわくランド)には白川の概

要や白川水害など当時の資料などが展示されています。

2 子飼商店街を歩く

江戸時代の絵図をみると、子飼商店街一帯は御切米取・御側筒・御長柄衆・鉄砲衆の家々がびっしりと並んでいました。子飼交差点から商店街に入ると松雲院があります。松井家の菩提寺です。向かい側に護念寺があります。少し歩くと左側の小路に厨川白村旧居跡の標柱が立っています。白村は夏目漱石のあと第五高等学校教師として3年間過ごしています。その後明治・大正の文明批評・文学評論で名を残しました。この奥は江戸初期に細川刑部邸があった場所です。建物は現在熊本市に寄贈され城内に移築されています。鋤身崎を南西に歩くと忍法寺があります。その南に勢溜があり、内構(千反畑構門)が描かれています。

3 明治以降の「武士居住地」に町名がつく

江戸期の武家地には町名はつけられていません。明治になって付けられました。明治初期の地図をみると、豊後街道の北側には七軒丁・五十人組丁・九本寺横丁・薬園丁などの町名がみえます。南側には寺院に由来する松雲院丁・南覚丁・薬師丁・源空寺丁・極楽寺丁・妙体寺丁などがあります。また鉄砲衆や弓衆が住んだ射場丁、藩の検地や年貢取決めなどを勤めた役人が居住していた内検丁、火祭り行事などの役務の役人が住んだという火焚丁など幾つもの小路に小規模の屋敷がびっしり配置されていました。このように子飼一帯は豊後街道の「立田口」から熊本城下への出入りを固める重要な場所だったのです。次回から、「くまもと地名散歩―北部遍」を連載していきます。

【情報掲示板】12月7日(日)北部公民館において、講座『ぶらり地名散歩 in ほくぶ』(内容として、鹿子木荘と古代官道の話、バス停に残る地名の由来説明(熊本地名研会員の案内)、熊本市記念館「御馬下の角小屋」見学など)』を開催します。市政だより11月号(16ページ公民館情報)に紹介してありますのでご覧ください。

福ネコだより



長く続けること

短い秋が過ぎ去り暖房が必要な季節になりました。毎年秋になると福ネコの会を立ち上げた時のことを思い出します。当初はこの活動が18年も続くとは思いませんでした。

家の周りのノラネコをこれ以上増やさず適正な数のネコが人と共に暮らせる場所になることを願っていました。

私が始めることは小さな点でしかないけれどこの地域で一緒に活動してくださる方がまた一つの点となり、たくさんの点と点がつながり線となり、やがて線と線が連なり広がり面となってこの地域を優しく覆ってくれたらどんなに良いだろうと夢見ていました。

ともすれば挫折しそうになるこの活動ですが長く続けてこられた活動の源は仲間がいることと多くの皆さまのご支援と応援があることです。これからも幸せになるネコの数を増やしていきたいと思っています。いつも福ネコをご支援くださりありがとうございます。



♥募金箱 菊南病院ロビー鶴羽田薬局カウンター横
♥ゆうちょ銀行上須屋支店 店番 718 普通預金 3238749 太田雅子
♥肥後銀行須屋支店普通預金 454688 地域ネコ活動福ネコの会代表太田雅子
福ネコの会代表 太田雅子

健康一口メモ

資料提供 菊南病院

冬のおでかけが快適に！カンタン寒さ対策

寒さが増すこの時期。元気におでかけしたくても、朝起きがけの冷え込みは身にこたえますよね。そんな方は、家電の使い方を工夫して、室内を効率的に暖めましょう。暖かい空気は上にたまる性質があるので、エアコンの風向きを下向きにすると、足元から天井までまんべんなく暖めることができます。

また、エアコンを使うときは加湿器を組み合わせるのもおすすめです。



室内の乾燥を防ぎ、湿度を上げることで体感温度も高くなります。

おでかけ前は、服装にもひと工夫を。

重ね着の防寒効果を高めたいなら、体に密着するインナーを着用し、服の隙間から入ってくる冷気をシャットダウン。その上に空気の層を作るようにシャツやセーターを重ね着していくと、体と服、服と服の間に空間が生まれ、体温がとどまりやすくなります。足首や首元といった冷気が入りやすい部分には、レッグウォーマーやネックウォーマーがおすすめ。最近は男性用も登場するなど、ファッション性に優れたデザインも選べます。

さらに、冬場のレジャーやアウトドアに欠かせないのが手元を温めるグッズ。最近では充電式のカイロ



や手袋も登場し、スイッチを入れるだけで手軽に素早く手元を温められます。中には着用したままスマートフォンを操作できる

手袋もあるので、おでかけ先で写真を撮るときや調べ物をするときも便利。もちろん、使い捨てタイプのカイロも重宝します。外で長時間過ごすときは、腰にカイロを貼ると全身の血流改善に役立ち、外気で冷えた上半身から下半身まで温めることができます。冬場は冷えたクルマに乗るのが苦手という方も多いのでは。そんな方におすすめなのが、Hondaの純正用品「リモコンエンジンスターター」。離れた場所からリモコン操作でエンジンを始動させることができるので、乗車前に車内を暖めておきたいときに役立ちます。

ちなみに、車内を早く暖めたいときは、エアコンを内気循環モードに設定してから使うこと。また、温度調節ダイヤルを途中で動かすと設定温度への到達時間が長くなる場合があるので、むやみに動かさないことがポイントです。内気循環モードは窓ガラスが曇りやすくなるので、運転前は注意が必要です。マイカーを効率よく暖めて、冬のおでかけを快適に楽しんでください。

参考文献；株式会社ホンダファイナンス

医療法人 室原会 菊南病院
院長 室原良治
TEL 344-1711