

11月号の主な内容

10月理事会レポート／理事会からのお知らせ／文化とスポーツの集い予定と報告／ぶらっとサロン／軽度認知障害について 等



10月理事会レポート・・・定例理事会10月18日(土) 17:00~19:20

審議事項および主な報告事項

■建築・保繕理事より

- 10号棟 中継器動作不良による交換作業(在庫品使用)
工事日 9月17日 業者名 (有)富士総合設備
- 2号棟 共用灯不点灯 調査修繕工事
9月13日発生の共用灯不点灯の調査および照明センサー故障品の交換
実施日 調査:9月14日 工事日 9月17日
業者名 日本総合住生活(株)北多摩支店
- エレベーター落雷事故対応
落雷により6号棟エレベーター停止、EVホールの部品交換と据付工事作業
工事日 9月8日 業者名 コスモエレベーター(株)
- 7号棟 L-C断線の警報のため終端器交換(在庫使用)
工事日 10月7日 業者名 (有)富士総合設備
→以上4件緊急対応のため事後承認
- インターロッキング補修工事
「根上がり」による歩道の盛り上がり平坦にする工事。補修後に「根上がりし難い工法」を採用し、6月実施の同工事根の影響を考慮して除外した12箇所実施。
工事日 1月上旬で調整中 業者名 松村園芸(株)
- 2025年度 給排水設備・非常用照明設備 定期点検
点検日 12月2日・3日 業者名 (株)ヴァリアス
- 9号棟 漏水調査
調査日 調整中 業者名 大春建設(株)
- “ふれあい広場”に関するアンケート調査結果(9月3日)を踏まえ、ふれあい広場の施錠管理を当面中止する。継続的に実施状況を検証し、必要な見直しを行う。

→以上4件承認

■植栽理事より

- サワラ剪定作業
場所: No. 13 駐車場横
施工日 年度末1月~2月 施工業者 松村園芸(株)

→以上1件承認

■駐車場理事より

- 年末年始 臨時駐車場の開設について
No. 15 臨時駐車場 15台
No. 15 空駐車場 変動があるため台数は未定
ふれあい広場 特設駐車場 26台
開設期間 12月27日(土)~1月4日(日)
受付方法 通常の臨時駐車場と同様の受付方法(先着順)
キャンセル不可
受付開始 12月5日(金)
1戸につき1台のみ予約可能、2台目以降は12月19日(金)から予約可
料金は通常の臨時駐車場料金と同じ

→以上1件承認

理事会からのお知らせ

知っていましたか？ 資源物（びん・缶・ペットボトル）の出し方について

資源物（びん・缶・ペットボトル）は、以前は溜っているといつの間にかなくなっていました。

最近は山のようになっても収集日までなくなりません。階段当番月報や居住者からペットボトルがあふれて外に転がっているという意見が多数寄せられています。

なぜだろうと不審に思い市役所に問い合わせたところ、ゴミ収集が戸別収集に変わった平成元年10月1日から、収集日以外は収集しないよう指導しているということです。

以前は、収集日に収集し切れなかった分は業者の判断で収集日以外にも収集していました。現在は、収集日以外には収集しないので溜まったままなのです。特にペットボトルは山のようになってしまうのです。

そこで皆様をお願いします。

びん・缶・ペットボトルもゴミカレンダーに書いてある収集日、**びん、缶は隔週月曜日、ペットボトルは毎週木曜日**にお出してください。特にペットボトルはかさばるので少しつぶして出してください。落ちて転がり難くなり、かさも減りますのでよろしくお願いします。



自転車に駐輪ステッカーを貼付していますか？

2026年度の駐輪ステッカーが1枚200円で販売されましたが、自転車に貼付されていますか。駐輪ステッカーの貼付のない自転車は、駐輪場を利用することは出来ません。お忘れの方は至急お買い求めいただき自転車の見えやすい場所に貼付してください。

***2026年度の駐輪ステッカーの貼付がない自転車は、後日回収してその後廃棄処分になりますのでご注意ください。**

年末年始臨時駐車場について

年末年始の期間、臨時駐車場は通常より台数を増やして対応する予定です。

期 間 12月27日（土）～1月4日（日）

申込開始 12月5日（金） キャンセルは不可です。

***詳細については、11月下旬より各階段の掲示板にてお知らせします。**

消防訓練開催のお知らせ

西東京消防署消防隊員の方々のご協力により下記の日程で消防訓練を行います。消防隊員による講話の他に、AEDの使い方や消火器を使つての消火訓練が体験できます。事故に遭遇した時に使えるように、自衛消防隊員や住民の皆様にはこの機会に是非ご参加ください。

日 程 12月6日（土）10時～11時30分

場 所 集会所洋室 どんぐり広場

囲碁大会

毎月の定例会に参加している人を中心に実施していますが、新規に参加する方も歓迎しますので是非ご連絡ください。 囲碁クラブ代表 浅井威史 (6-409)

日程 11月16日(日) 13時~

場所 集会所洋室

森の香りのハンドクリームをつくろう

日本全国の森の香りからお気に入りを選んで森の香りのハンドクリームを作りましょう。

開催日 11月29日(土) 10時~11時(定員につき締切)

11時15分~12時15分

各回定員6名

場所 集会所和室

参加費 1,500円(黒文字茶、または、月桃茶付)

申込先 西原明子(7-103)

名前と参加時間を紙に書いて玄関ポストにお入れください。

又は右記QRコードからお申し込みください。



西原グリーンハイツゴルフ同好会第83回秋季大会を開催しました

「文化とスポーツの集い」の企画に参加し、第83回西原GHゴルフ同好会秋季大会を10月7日(火)に22名の参加をえて、お天気に恵まれ無事終了することができました。振り返りますと、入居以来45年春・秋2回開催して参りました。(途中コロナ禍で3年間は中止)ゴルフ同好会の掲げたスローガン「会員相互の交流の基、より強い絆を深め」をモットーに今後もゴルフプレーを通じ住民の皆様とお互い助け合う約束を誓い合いました。

ゴルフクラブ代表 宮武義樹



ぶらっとサロン開催のお知らせ

今回は、最後まで自分らしく暮らしていくために「人生ノート」を紹介します。

人生最後のステージを自分らしく生きていくために皆さんと一緒に考えてみませんか。

開催日 11月15日(土) 午後1時~3時30分

会場 集会所 洋室

会費 100円

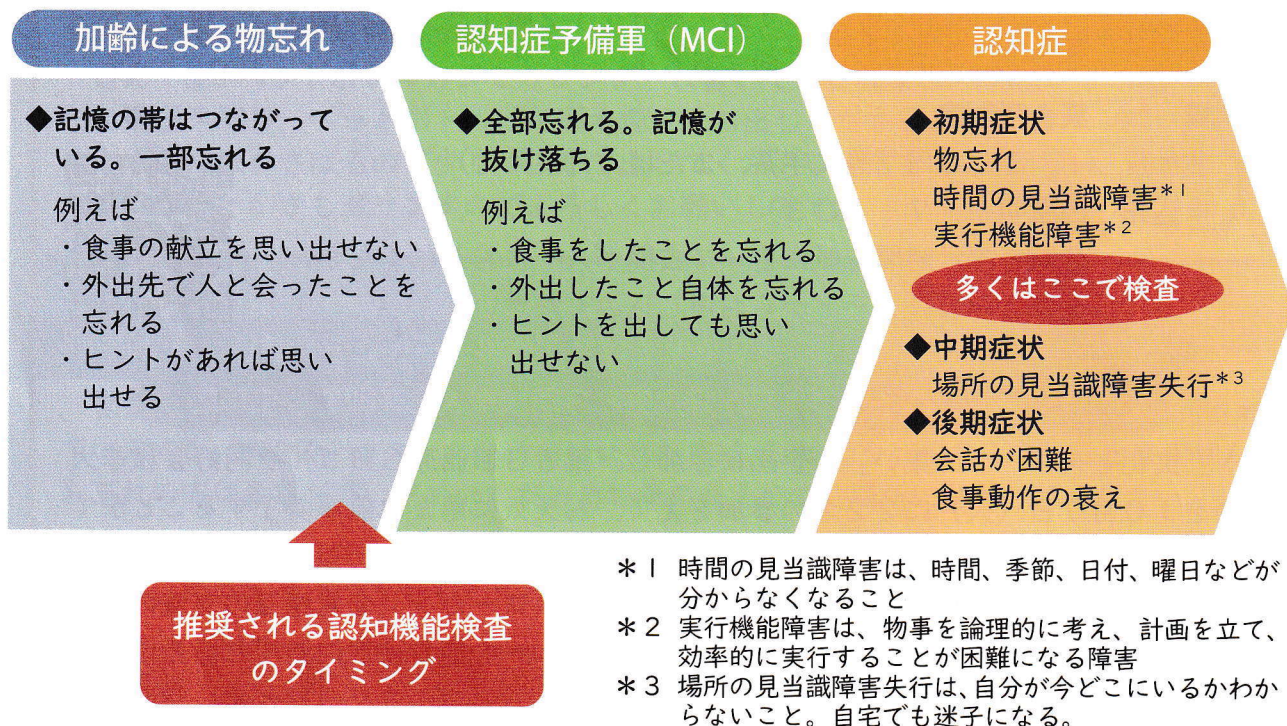


MCI（軽度認知障害）について

MCI（軽度認知障害）についてご存知ですか。MCIの人のうち約5～15%が認知症に移行すると考えられている一方、1年で約16～41%の人が健常な状態に戻れるともいわれており、早期発見早期対応が重要です。

正しい理解で認知症を知る

認知症は、一人ひとりが「自分ごと」として理解する必要があります。一番重要なのは早期発見と適切な対処です。そのためには、なんとなくいつもと違うなと感じた時点で、予防のために「物忘れ予防検診」を受けることが重要です。西東京市では、認知機能が低下しても安心して暮らせるように、様々な取り組みを実施しています。いざというときのために「認知症ガイドブック」を読んでおきましょう。市の窓口で配布しています。HPにもあります。



周囲に認知症の人がいるときは

3つのないを習慣にしよう

- ♥ 驚かせない
- ♥ 急がせない
- ♥ 自尊心を傷つけない

記憶や物事を判断する認知機能が低下すると、何をするにも考える時間が必要になります。ポイントは「できない」でなく「時間をかければできる」ということ。否定的な言葉を避け、具体的な言葉で説明しましょう。症状を進行させないためにも大切な習慣です。

西東京市 広報にしとうきょう 令和7年9月1日号より抜粋

🍁🐼🍁 投稿を募集しています 🍁🐼🍁

コラム、イラスト、“写真”や“お譲りします”等、皆様からの投稿を随時募集しております。管理事務所までFAX、メールでお寄せください。