



## 新春のご挨拶

柳生南町内会  
会長 佐藤真誠

新年あけましておめでとうございませう。

県内の新型コロナウイルス感染者は、昨年未頃にはゼロの日が続いたことから、皆様には新年を落ち着いた雰囲気の中で迎えになられたことと存じます。町内会としてもこのまま収束に向かつて欲しいと願わずにはいられません。昨年、活動できずに終わった夏祭りなど、数々のイベントが今年こそは実施出来ることを祈りたいと思います。

そして会員皆様で築き上げてきた地域の懇親の輪、思いやりの輪を前進させて行きたいと存じます。そのためには、皆様のご協力なしでは成しえませんが、何卒お力添えの程宜しくお願い申し上げます。

よく皆様と道でお会いした際に、ご挨拶をいただきますが、マスクをしているためにどなたか分からないことがあります。皆様とのマスクなしでの笑顔による会話は、本当に大切だったとつくづく感じられる今日この頃ですが、その日が早く来ることを心から念じております。

最近、新型コロナウイルスのオミクロン株が日本国内で初確認されるなど、まだまだ油断大敵です。リバウンドを跳ね返すためにもマスク着用などの基本事項は引き続きお守り下さいますようお願い申し上げます。

結びに、皆様の益々のご健勝を祈願し、新年の挨拶いたします。

## 集会所花壇が冬に衣替え

11月15日、かやの木会の皆さんが集会所花壇を冬用の葉牡丹に植え替えました。

作業は集会所敷地内の雑草取り班、7月に植えたサルビア、マリーゴールドなどの撤去、桜の落葉を運ぶ班に分かれ始まりました。

花壇は肥料をまき耕運機で整地し、紐を張りひと昔前の田植えのように全員が順番に3種類の葉牡丹約三百株を植えました。

皆さんのおかげで花壇は一足先に冬を迎える準備ができました。



# 仙台青果市場 開設時のあれこれ

中1区  
阿部與雄さん



昭和三六年東北で初めてとなる青果市場が開設され、その中核となる仙台中央青果卸売株式会社の創設に係りました。  
設立当時は、現在のJR宮城野原貨物駅構内の一部と長町一丁目二か所に分かれており取扱量は長町一丁目が多い状況でした。

新しくできた市場のため、全員が取扱量を確保するのに道路事情が悪い中で県内生産農家を廻り野菜(野菜)の確保と集荷に懸命でした。

市場には今のような運搬車はなく、リヤカー、荷車が中心の人力作業で、唯一のトラック「ダイハツハイゼット三六〇cc」二台が毎日フル稼働でした。

長町の市場は、柳生、袋原、四郎丸、西多賀などの近郊農家が自転車、リヤカーなどで、また、亘理、山下方面からは常磐線で担ぎ屋さん10人、20人が、毎日野菜などを持ち込んで大盛況でした。

中には定期券を利用し2、3回往復している農家さんもありました。

宮城野原の市場は桃、梨、リンゴ、サクランボ、ぶどうなどが、福島(桑折)、山形(天童)の生産農家や業者の協力で大量に果物が入荷されました。

東北、北海道産の白菜、大根、キャベツ、ジャガイモ、玉ネギは社員が生産農家の開拓に奔走し経営が安定する量を確保するのに懸命でした。

早朝からネジリ鉢巻で前掛け姿のせり人により競りが始まり、生産農家さんは、その日の売れ行きと価格を確認し、翌日の出荷準備のため帰宅しました。

翌日、生産農家さんは早朝5時前に青果や野菜を持ち込み、荷受けを終え前日の代金を現金で受け取る日々でした。

昭和五八年に宮城野原と長町の市場は、卸待ちに移転統合され運搬設備も充実され現在に至っています。

私が退職した平成七年には市場関係者の努力により取扱高が一日一億円、年間三百六十億円に達する規模になりました。



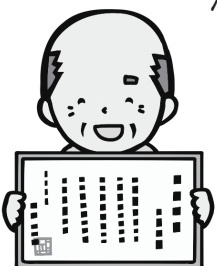
⇒運用開始式後 現地視察の様子



## 令和3年度 町内会役員永年勤続表彰受賞

11月16日(火)江陽グランドホテルで町内会役員永年勤続表彰式が、仙台市長、仙台市議長、長、仙台市連合町内会会長、会会長などが出席して行われました。

町内からは副会長の橘武男さん(南一区)と監事の大場正浩さん(南一区)が町内会役員勤続10年表彰を受賞しました。  
おめでとつ(ぎ)います。



# フレイルの予防

南2区  
高橋勝男さん



フレイルという言葉をきいたことがありませんか。

フレイルとは、まだ介護には至っていないが体調がすぐれない、足腰の不安、人付き合いが重荷に感じるなど年齢に伴う心身の衰えのことです。

皆さんは、このフレイルにどう対処しようとしていきますか。今日できたことが明日できるとは限りません。

七〇歳半ばを過ぎれば出来なくなるものが確実に増えてきます。自然だからと諦める方もいるでしょう。しかし諦めから何も生まれません。

最近コロナ感染による外出、会食、人との交わりや行動が大きく制限され家に籠る生活が多くなり体力は衰えストレスもたまる一方です。

そんな中で私達は、高齢化社会をどうとらえて生きて行くかを真剣に考えていくことが強く求められています。

予防の基本に、生活習慣の見直し、体力作り、継続的な力などが考えられます。

## 「私の実践例と留意点」

### ①生活習慣の見直し

- ・適切な栄養摂取と運動のコンビネーションに配慮する。
- ・バランスの取れた食事、特にタンパク質（肉、魚、卵）を多く取る。

・食事は朝、昼、晩の三食を必ず摂る。

### ②体力づくり

- ・体を自由に動かすための諸機能を鍛える。（目標を決めたウォーキング、回数を決めた筋トレ、スクワットなど）

### ③継続した実践力

- ・計画を幾ら立てても実践が伴わなければ実現は半減するので初志貫徹を貫く（グラウンドゴルフなどで体力づくりが有効）

最後に私は、かやの木会で、グラウンドゴルフ部の一員としてプレーを楽しんでいます。

そこで強く感じたことは、どの会員も楽しく元気はつらつと力強くプレーしている姿でした。

足腰がしつかりしている姿、老いを感じさせない表情、これぞフレイルと付き合い克服した人たちの姿だとつくづく思いました。部員の中には九十歳を超えた方もおります。これらの方々を手本に頑張りたいものです。



## 荒田公園に防犯カメラ設置

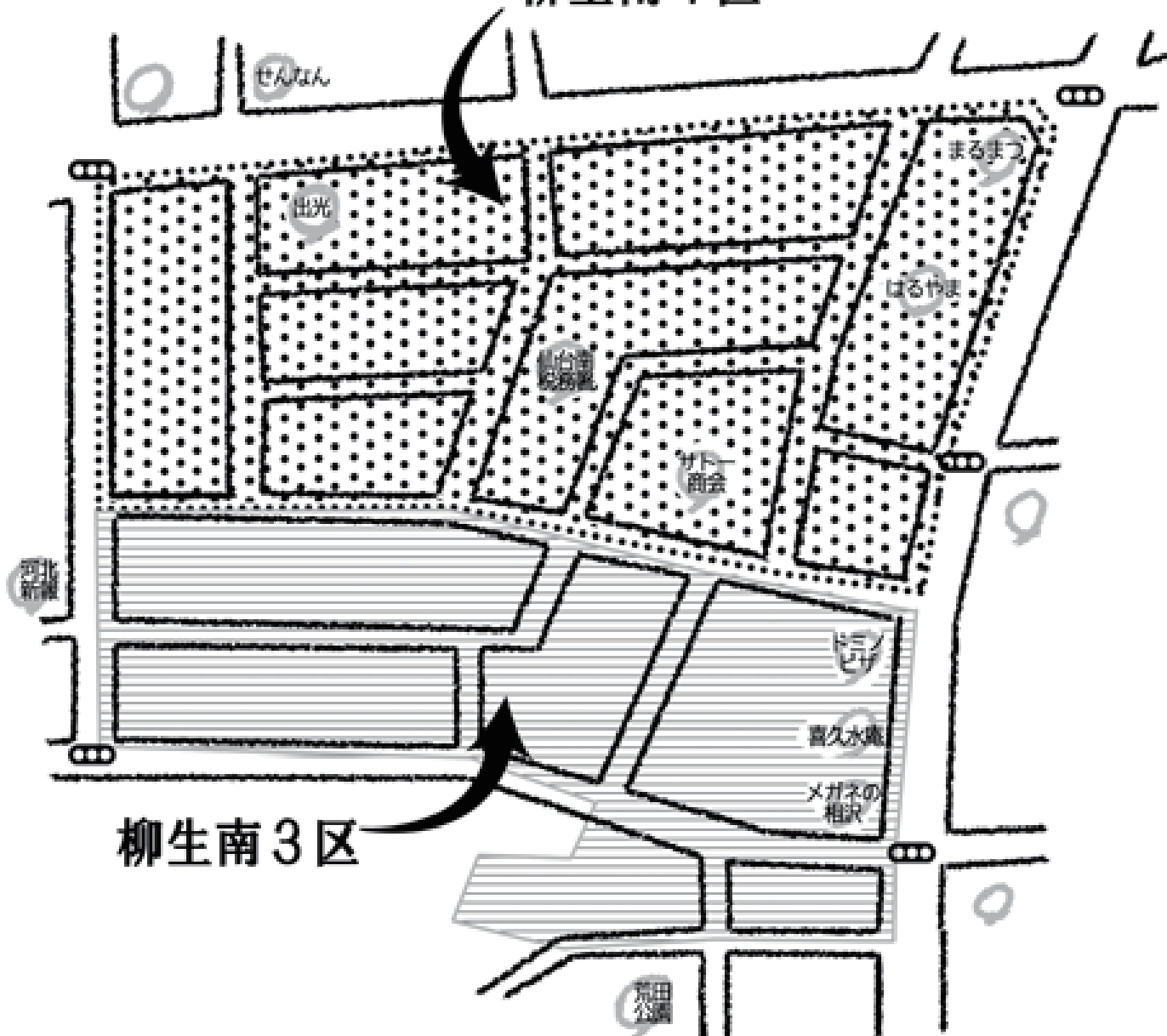
この度十一月に荒田公園に防犯カメラが設置されました。令和二年に設置された四丁目公園の防犯カメラと併せて、予定されていた二箇所への設置が完了したことになります。

これをうけて十二月二十一日には防犯カメラシステム設置・運用開始式が集会所で行われ多数の来賓も出席されました。

防犯カメラは犯罪の未然防止に効果があるということで全国的に設置が進められており、住民の関心も高まっております。当町内においても皆様に安心して公園を利用していただくために、これらの防犯カメラが有効に役立つことが期待されます。



## 柳生南4区



## 柳生南3区

### 南3区の分割について

町内会は5月10日現在で二一八八世帯を有しています。

その中で南3区は、三〇〇世帯と全体の25%を占め規模の小さい町内会並みとなってきており、区長の業務遂行が困難になってきています。

規模の適正化と区長などの負担軽減、円滑な情報共有を図るため、現行の南3区を2分割し新たに「南4区」を新設し各々一五〇世帯規模となるよう役員会などで協議をし、決定致しました。

新年度からの実施に向け区長、班編成、専門部委員など具体的な項目は、南3区の班長、専門部員会議(三役含む)で協議しています。

ブログでも町内会の活動を見ることができます  
こちらのQRコードをご利用ください



- ・第5回役員会のお知らせ
- ・柳生・西中田キャンドルナイト2021Xmas ミニミニコンサート など

