

ご挨拶

日頃より自治会活動にご協力いただき、ありがとうございます。

平成 29 年度（2017 年度）から自治会長をお引き受けいたしました。35 年前に引っ越して来て、地元の皆さんには大変お世話になりました。

そのご恩返しのつもりで、少しでもお役に立てればと思います。



大戸 1 丁目自治会規約の第 3 条には、「本会は、区内の融和、親睦を図り、明るい、住みよい郷土づくりと防災活動を目的とする」という素晴らしい条文があります。

自治会を始めたときの先輩に心から敬意を表します。

そして、縁あってこの町で暮らすことになったすべての人が、この町に住んで良かったと思えるように、自治会活動がお役に立てればと思っています。

■ ふるさと大戸づくり

春には「親子お楽しみ会」、夏には「夏祭り」、秋には大戸 1 丁目最大のイベント「お楽しみ会」を開催します。

そして、小さなお子さんからご高齢の方まで、交流を深め、皆さんで楽しい思い出を共有できるようにしたいと思います。

■ 自主防災活動について

首都直下地震（南関東で発生する M7 程度の地震）の 30 年以内の地震発生確率が 70%とされています（内閣府）。

阪神淡路大震災の教訓（約 4000 名の方が家屋の倒壊と家具などの転倒により 15 分以内に亡くなられたこと）に学び、家屋の耐震化と家具の転倒防止が最重要であるとして、自主防災担当役員と防災リーダーの皆さんと相談のうえ、平成 29 年度（2017 年度）は情報発信とアンケートを行い、その結果を踏まえて出前講座を開催しました。

平成 30 年度（2018 年度）は、魔の 15 分間を生き延びた後の在宅避難について研究し、体験訓練を行い、ご家庭での備蓄活動につなげて行く方針です。

■ 今後の課題

団塊世代が後期高齢者となる 2025 年問題が差し迫っています。

2025 年を目途に、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを、人生の最後まで続けることができる「地域包括ケアシステムの構築」が喫緊の課題であり、「住まい」を中心に、「医療」「介護」「生活支援と介護予防」がしなやかに連携する必要に迫られています。

更に、さいたま市は、全国と比較して団塊世代が少なく、若い世代（団塊 Jr. 世代）が多い。65～69 歳の男子 4 万人弱、女子 4 万人強。40～44 歳の男子 5 万 8 千、女子 5 万 5 千。

団塊 Jr. 世代が、後期高齢者になる 2050 年は全国よりも多くなり、更に大変な状況が予想されます。

そして、実は、今現在でも非常に大変な地域があります。宅地開発されて、どっと移住してきた皆さんが80歳を越えつつあります。

自治会の組長さんの中には、こうしたことを肌で感じている人もおられます。

今年3月、与野地区社会福祉協議会から「大戸・中里地区社会福祉協議会」が分離独立し、よりきめ細やかな福祉行動を目指しています。

民生児童委員さんをはじめ関係各位と連携して、少しでもお役に立ちたいと思います。

しかし、これについては皆様のご協力がなければできません。

必要に応じて、お願いすることもあるかと思いますが、その節にはご協力の程よろしくお願い申し上げます。

■ 思うこと（お時間の許す方はご覧いただければ幸いです）

人生にはいろいろなステージがあります。

仕事、結婚、出産、育児、子どもの成長・就職・結婚、夫婦二人だけの生活、退職、体力の低下、連れ合いの他界、独りの生活、やがて静かにこの世を去ります。

人生を、健康で、幸せにしてくれるものはなんでしょうか。

それに答えてくれる研究結果が2015年秋にボストンで開かれたイベントTEDx（テデックス）で発表されました。

ご存知の方も多いと思いますが、米国ハーバード大学の臨床心理医学教授ロバート・ウォルディング博士が、自ら率いる「ハーバード成人発達研究」について発表したのです。



What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness

詳しくは、YouTubeで講演を聴けます（13分弱）。

⇒ [What Makes a Good Life?](#)

（YouTubeを開いて、画面右下の設定から字幕を日本語にしてください）

1938年から今日まで継続され、史上最も長い研究としても知られています。

戦前から戦時中のハーバード大学卒業生268人と、当時ボストンのスラム街に住んでいた若者456人の心身健康診断に始まった研究で、後に彼らの配偶者と子孫も加え、人生のさまざまな側面を約75年間詳しく追跡調査してきました。

博士は、「What Makes a Good Life?」と題したこの講話で、答えは「いい人間関係に尽きる」と言い切りました。

豊富なデータの分析結果は「量より質」。家族や、友人、地域社会の人々などとの「信頼度の高い」関係が、幸せな人生の根拠だと判明し、その上健康にもよく、特に脳の健全な働きを守ることも分かったとのこと。

自治会活動が一助になれば幸いです。