

桜山4丁目町内会通信

令和2年9月9日
桜山4丁目町内会
発行責任者 細川 進

<https://sakurayama-4choume.jimdo.com> 240

● 田越川の清掃のお知らせ

子供達も川遊びに来ることが多くなるし、安心して遊べるようにと思い、8月9日(日)に有志の人達で川掃除を行ないました。しかし、まだ残ったところもあることから、田越川の清掃を下記の日程で行います。田越川は皆さんの憩いの場でもあります。新型コロナがまだ終息していませんが、十分な距離を保ちながら参加をしていただききれいな川にしましょう。



田越川の清掃

- 日 時：令和2年9月19日(土)8時～10時
雨天中止、後日改めて連絡します。
- 集合場所：東向井原公園 (通称お馬の公園) 7時30分集合
- 内 容：蓮沼橋から中原橋まで4丁目の地域
軍手、長靴持参、ぬれても良い支度でください。

● 自宅で健康維持 (逗子市国民保健課から頂いたパンフから)

新型コロナウイルス感染拡大防止のために、運動不足になっている方も多いと思います。家でじっとしているだけだと、筋力が低下をして、食欲も低下するので違う病気の原因にもなりかねません。みんなで健康維持を意識しながら、過ごしましょう。

1. 体を動かそう

ラジオ体操は約3分で全身、特に上半身の筋力、関節を動かします。毎日の習慣にしては。

2. バランスの良い食事、水分補給を心がけよう!

主食(穀類・イモ類)+主菜(肉、魚、卵、大豆類)+副菜(野菜、海藻、キノコ類など)
こまめに水分補給を補強して、のどの粘膜の防御機能を保ちましょう。

3. 生活のペースを崩さずに

4. 楽しい時間をつくろう

涼しい時は日の光を浴びよう。趣味をつくろう。テレビのつけっぱなしは止めよう。

5. 間接的にでも、人とつながろう

電話やメールでも OK!

久しぶりの田越川の川そうじを行いました

8月9日(日)、今年初めての川そうじを行いました。長梅雨の影響で二度延期され、酷暑の中での作業となりました。また、今年は新型コロナウイルス感染防止の観点から、世話人を中心とした少人数で、作業時間も1時間程度とし、密にならないように配慮して行われた異例の川そうじでした。久しぶりなので、雑草は長く伸び、大雨の影響で横たわるなど草刈は難儀しました。一方、ゴミは予想に反して少なかった印象でした。増水で川下に流されたのかもしれませんが。

ゴミはやはりプラスチック袋が多く、なかには車の部品や傘がありました。変わったところでは、「牡蠣の貝殻」が結構目に付きました。



雑草が刈られてすっきりしました



牡蠣の貝殻。どこから来たのか



「お馬の公園」の草刈も行いました



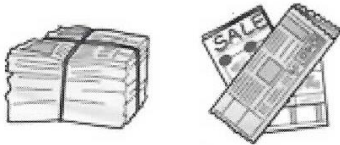
総勢11名。お疲れ様でした。

【お知らせ】

今回の川そうじもプラゴミが多かったです。資源回収の「紙類・布類」を出す際には、ビニール袋やガムテープは使わないとされています。新聞紙や雑誌を束ねる「ひも」も紙ひもとされています

新聞紙

折り込み広告も含まれます。
紙ひもでくくって出してください。



段ボール

粘着テープやカーボン紙は、
取り除き、紙ひもでくくって出して
ください。



雑誌

文庫本なども含まれます。
紙ひもでくくって出してください。



ミックスペーパー

ダイレクトメール、(お菓子やティッシュなどの)紙箱、包装紙、紙袋、パンフレット、シュレッダーくずなど
箱などはつぶし、紙袋・封筒などに入れて紙ひもでくるなど、中身がとびださないようにしてください。ホチキスは使えます。

飲料用紙パック

切り開き、洗って乾かしたあと、束ねて紙ひもでしばってください。
※中が銀色にコーティングされているものは出せません。

