



グリーンだより



団地管理組合法人加古川グリーンシティ
管理組合広報委員会
グリーンシティ自治会
管理事務所 ☎425-6852
ホームページ <http://www.greencity.gr.jp/>
メールアドレス kanrikumiai@greencity.gr.jp

管理組合からのお知らせ

《 第36期 管理組合理事候補者について! 》

各棟代表理事の任期満了に伴い、D棟、E棟から各1名、計2名の理事候補者を公募したところ、各棟から立候補がありました。11月に開催予定の管理組合通常総会において承認の後、新体制の役員をお知らせいたします。

《 リフォームを実施するにあたって 》

グリーンシティは築35年を過ぎて、昨年サッシが交換されたこともあり、最近リフォームをされるご家庭が非常に多くなっています。リフォームを実施されるご家庭は、必ず管理事務所に工事内容および工事計画を事前に提出して許可を受けてください。

特に以下の項目については、工事されるご家庭でもリフォームする業者さんに十分注意するようお伝えください。

- ・工事車両は決められた場所に駐車すること
- ・各棟のエントランス・タイル部分には車両を乗り上げないこと
- ・リフォーム工事前には必ず近隣の住戸（最低でも上下左右）に工事をする旨を伝えること
- ・作業時間は月曜日～土曜日の午前9時～午後5時50分内を厳守すること

修繕委員会からのお知らせ

《 雑排水管清掃について 》

雑排水管清掃を予定どおり実施します。今年は新型コロナウイルス感染予防が必要です。各ご家庭での作業のため、業者に対し安全、安心、健康を考え新型コロナウイルス感染防止についての対策を確認しました。

業者からは毎朝夕の検温による体調管理、咳、エチケットとしてのマスク使用、手洗消毒、作業時の感染対策等を徹底すると回答を得ております。これで万全というものではありませんが、各ご家庭におかれては、窓を開け風通しをよくするなど、心掛けてください。

民生児童委員からのお知らせ

《 高齢者の実態調査について 》

満70歳以上で下記に該当する方は、加古川市の高齢者・地域福祉課、または民生児童委員までお知らせください。

- ・寝たきり・認知症・寝たきりかつ認知症・ひとり暮らし・夫婦のみの世帯

【連絡先】

◆加古川市高齢者・地域福祉課

☎427-9208

◇民生児童委員

〇〇〇〇：〇〇

☎〇〇〇-〇〇〇〇（担当：D棟、E棟、F棟）

〇〇〇〇：〇〇

☎〇〇〇-〇〇〇〇（担当：A棟、B棟、C棟、G棟）

こんなこと知ってましたか？

新型コロナ禍に加え、猛暑、ゲリラ雷雨、100年に1度の豪雨や暴風を伴う台風などと異常な自然災害が次々とやって来る状況に大声で叫び出したいくなる人もいるかもしれません?! ホントにパニックを起こさないように落ち着いて対処したいものです。十分な備えと、「免疫強化」も日常的に当たり前のように心がけましょうね。そして、憂うつになりそうなこんな時こそ難しい話より、楽しいことを考えていきましょう!!

そこで今回は、『身体のおもしろ雑学』ということで、知っているようで意外と知らない身体の話あれこれを取り上げてみたいと思います。

◇人の空腹感はなんで決まるの？

▲人の空腹感は胃に食べ物が入っているかどうかで左右されると思っている人が多いかもしれませんが、実はそうではないのです。人の空腹感は血液中の栄養素で決まるのです。なので、点滴をすればある程度空腹感はおさまります。

ちなみに、理論上ですが、人間は食事を一切取らなくても点滴だけで生きていけると言う説もあるようです。だからと言って、ダイエットだから病院に行って点滴をお願いしますなんてことはやめましょうね。

◇人の体内時計とはどういうもの？

▲私たちは朝起きて昼活動し夜寝るといった地球の自転周期に合ったリズムで生活しています。私たちは生まれながらに、このリズムを刻む遺伝子(時計遺伝子)を持っているのです。これが体内時計ということになるようです。

◇なぜ鼻の穴は2つなの？

▲鼻の穴は2つありますが、平常時は一方の穴は休んでおり、数時間ごとに入れ替わっています。これは「ネーザル・サイクル」という現象で、交代制鼻閉と言われています。一方の鼻の穴を休ませて、呼吸によるエネルギー消費を節約しているのです。

◇「涙の味」って変わるの？

▲人の涙の味が、流した時によって変わることを知っていましたか? ではなぜ涙の味は変わるのでしょうか。それは、涙に含まれるナトリウムの量が感情によって変わるからなのです。悲しい時や嬉しい時は、ナトリウムの量が少なく味が薄くなりますが、逆に悔しい時や怒った時などはナトリウムの量が多くなり、塩辛くなります。

◇「おならが臭い人と臭くない人の違い」はなに？

▲おならの臭いの元になるのは分解されるときに発生する細菌のガスが元です。繊維質の多い野菜などは大腸で分解され、ガスを発生させてもほとんど臭いはありませんが、タンパク質を多く含む肉類などが消化不良で大腸まで送られて分解されると、スカトール・インドールや硫化水素と呼ばれるとっても臭いガスが発生します。だから、ベジタリアンのおならは臭くないけれど、肉類が多かったり、胃腸が弱かったりする人はおならが臭くなるのです。

◇ビールを飲むと脳細胞が死ぬって本当？

▲人の大脳皮質には140億個の神経細胞がありますが、神経細胞は20歳を過ぎると1日10万個死滅するとも言われています。しかし、こわ〜い話、ビールをコップ1杯飲むと100万個死ぬとも言われているので、飲み過ぎないように十分な注意をしましょうね!! これも認知症に関係あるのでしょうか?

何だかグサッと刺さるような項目もあったかもしれませんが、皆さん、心身ともに健康な日々を意識しながら過ごすことも必要ですよ。

小学校PTAからのお知らせ

コロナ禍の長い休み明けのせいか、挨拶ができなくなっている子が増えているそうです。大人からも、進んで挨拶をするようにしてください。

《防災井戸での水遊びの仕方について》

- ・「手を洗う、飲む、水を汲む」はOK
- ・水が出るところを押さえてかけあうのはNG
人や車にかかります。

各ご家庭でもご指導のほどよろしくお願いします。

少年団からのお知らせ

《全員集合会は中止》

楽しみにしていたお友だちも多かったと思いますが、令和2年度『全員集合会』は、新型コロナウイルス感染予防のため開催中止となりました。

『少年団グリーンシティ隊』は、来年度より休隊します。

自治会からのお知らせ

《 敬老対象者の調査 》

グリーンシティに居住されていて、来年の4月1日時点で満70歳以上の方の調査を行っています。

『グリーンシティ高齢者調査』の文書を各戸へ配付しました。対象の方、または家族の方は、『敬老対象者連絡票』の提出をお願いします。

9月26日(土)の『なかよし広場』において、対象の方には敬老のお祝い品をお贈りしますので、お顔を見せてください。受け取りは代理の方でもかまいません。

詳しくは、今回配付した文書をお読みください。

《 エッセイ集『あかね雲』 》

登下校見守り隊の山上さん(加古川市人権啓発推進員)が、エッセイ集『あかね雲』を出版されました。人とのつながり、人のやさしさにあふれるお話です。管理事務所で貸し出しをしていますので、ぜひ手に取って読んでみてください。

《 資源物・燃やさないごみ 》

“前日からのごみ出し禁止”にご協力ありがとうございます。8月は、「燃やすごみ」の前日からのごみ出しは1件もありませんでした。

毎週水曜日は「資源物」や「燃やさないごみ」の収集日です。作業の都合上、前日夕方に分別用のかごを出していますが、前日から「資源物」や「燃やさないごみ」を出しても良いという意味ではありません。**「資源物」や「燃やさないごみ」であっても、指定日当日の朝に出してください。**特に「紙類」は、放火などの犯罪を誘発するので、注意してください。

また、「燃やさないごみ」の日は、分別ができていなくて回収されない物が少なくありません。「資源物」や「燃やさないごみ」を出した当日・翌日には、**自分の出した物が回収されているかどうか確かめてください。**

小学校PTAからのお知らせ(その2)

《 廃品回収中止 》

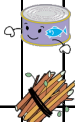
10月3日(土)に予定していました廃品回収は中止になりました。

こんな意見がありました



ご意見、ご要望などをどしどしお書きください。(ご記名をお願いします)



10月										9月																	
11 日	10 土	9 金	8 木	7 水	6 火	5 月	4 日	3 土	2 金	1 木	30 水	29 火	28 月	27 日	26 土	25 金	24 木	23 水	22 火	21 月	20 日	19 土	18 金	17 木	16 水	15 火	14 月
			燃やすごみ収集日	かん・剪定枝・草収集日		燃やすごみ収集日				燃やすごみ収集日			燃やすごみ収集日		なかよし広場・敬老を祝う会		燃やすごみ収集日	ペットボトル・衣類・紙類収集日		燃やすごみ収集日			蛍光灯・乾電池収集日	燃やすごみ収集日	びん・剪定枝・草収集日		燃やすごみ収集日
																			秋分の日	敬老の日							
							広報委員会	専門部長会	自治会役員会						修繕委員会							理事会				お互いさま隊連絡会	



10月の集会所での卓球開放は中止します。



前日からのごみ出しは、放火など
犯罪を誘発する危険があるため、
禁止しています。

“なかよし広場”開催

9月に入っても大変な暑さが続いています
が、お変わりございませんでしょうか。

今回の“なかよし広場”は『敬老を祝う会』も兼ねています。

高齢者の方にはお祝いの品を用意してお待ちしております。

ぜひ来てくださいね！

日 時 9月26日(土)
9時30分～12時
場 所 集会所ホール

なかよし広場
敬老を祝う会



8月のニューフェイス



今月のクイズ

《 今月号を読んで、次の問いに答えてください 》

- ① 雑排水管清掃は新型〇〇〇感染予防対策に努めます。
- ② 今年の『全員集合会』は、〇〇になりました。
- ③ “なかよし広場”は9月〇〇日（土）開催です。

先月号の正解

- ①5日 ②15日
③18人
正解者39人の内、
厳正な抽選の結果、
5人の方に図書カード
を進呈します。



by 南雲風助 (なぐもふうすけ)

応募用紙

9月の答え

- ① 感染予防対策
- ②
- ③ 日（土）

どしどしご応募ください！

応募締め切り日：9月30日
提出場所：管理事務所

フリガナ
氏名

棟 号