

# 自治連 たま

■発行 多摩市自治連合会  
 ■編集 自治連広報委員  
 (事務局) 多摩市役所  
 コミュニティ・生活課内  
 〒206-8666 多摩市関戸六丁目12番地1  
 TEL 042(338)6892 FAX 042(337)7660  
<https://www.city.tama.lg.jp/0000002702.html>  
 令和3年9月20日

## 会長挨拶



多摩市自治連合会  
会長 田村 清太郎

皆様 未曾有のコロナ禍の中ですが、元気でお過ごしでしょうか。また、前代未聞の形態でのオリンピック開催でしたが、お楽しみいただけましたでしょうか。

さて、先般 書面決議による総会皆様方のご協力をもちまして、議事案件すべてをご承認いただき誠にありがとうございました。

また、コロナの動向によって制限されるかと思いますが、12月の自治会・管理組合部会、令和4年1月の新年情報交換会、2月の学習会、これらのスケジュールを役員一体となって実現させる(コロナの終息を切に願って)所存でございますので、ご協力をお願いいたします。

コロナに負けることなく、共に頑張りましょう。そして、皆様方の笑顔を見ることができますことを、楽しみにしております。

## 令和3年度 事業計画

- ◆**合同部会 令和3年11月21日(日)**  
午後1時30分～午後3時30分(予定)  
※会場については、後日お知らせいたします。
- ◆**新年情報交換会 令和4年1月29日(土)**  
京王プラザホテル多摩「たまつばき」  
午後6時開始(予定)
- ◆**学習会 令和4年2月5日(土)**  
多摩市立永山公民館 ベルブホール  
午後1時30分～午後3時30分(予定)
- ◆**広報活動の充実**  
年2回機関紙「自治連たま」の発行  
9月20日(98号)・3月20日(99号)
- ◆**地域活動費助成事業**  
1団体1回/年 世帯数に応じ助成金交付
- ◆**自治連合会への加入促進**  
自治意識の向上(助け合い精神の啓蒙推進)
- ◆**審議会・委員会等への役員派遣**  
他団体や関連機関との連携及び関連知識の向上

## 令和3年度 役員紹介

役職	氏名	所属団体
会長	田村 清太郎	都営住宅聖ヶ丘1丁目アパート自治会
副会長	下野 陽一	瓜生自治会
副会長計	菊川 均	桜ヶ丘三丁目自治会みどり会
会計監査	千葉 胤昌	中和田自治会
	小島 明	連光寺本村自治会
総務委員	川井 博之	落合自治連合会
	藤井 栄次	東寺方自治会
自治対策委員	伊藤 秀雄	グリーンテラス豊ヶ丘団地管理組合
	中村 一雄	桜ヶ丘四丁目自治会
生活委員	横山 幸司	永山6丁目自治会
	太田 晴夫	永山団地自治会
文化委員	島田 紀子	桜ヶ丘二丁目の会
	川井 博之	落合自治連合会(兼任)
広報委員	中島 征雄	タウンハウス永山-5住宅管理組合
	菊川 均	桜ヶ丘三丁目自治会みどり会(兼任)

「視察研修会」及び「スポレク2021」は、新型コロナウイルス感染症の感染状況に鑑み、中止といたしました。ご参加を検討いただいた皆さまにはご迷惑をおかけいたしますこと、深くお詫び申し上げます。

そのほかの事業につきましても、今後の感染状況に応じて、中止又は延期とする可能性がございます。あらかじめご了承くださいませようお願い申し上げます。

❀退任された役員の皆様❀～永年にわたりお疲れ様でした!～  
 森本 由美(桜ヶ丘四丁目自治会)  
 石橋 剛(多摩ニュータウンメゾネット永山-5団地管理組合法人)  
 小磯 初江(関戸自治会)



# 新型コロナウイルス ワクチン接種の体験談



昨今、新型コロナウイルスワクチン接種をめぐる様々な議論が行われています。インフルエンザワクチンの効用は50～60%の感染防止力と言われていたのですが、コロナウイルスワクチンはmRNAを使った画期的なワクチンで、変異株が横行する中でも重症化予防や入院予防効果が90%強あるとの報告もあります。今後新たな変異株による変化に注意が必要です。大局的に見ても、全世界で60～70%の人がワクチン接種を行えば感染も収束すると言われていました。今回は、実際にワクチン接種を受けた高齢者の方々の体験談のほか、市職員（10～60歳代）のワクチン接種後の健康状況に関する調査結果についてご紹介します。

※本記事は、令和3年7月時点の情報を基に作成しております。今後の知見に応じて内容に修正が必要となる場合があります。

## ～ワクチン副反応について～ 雑感

「弊社では地域の医療施設のご協力で、私を含め二回接種済みが5名です。」

### 【2回目接種後の様子】

(私)

 当日の夜に少し頭痛  
→解熱鎮痛薬服用で直ぐに解消

(社員A)

 1～2日間、五十肩のような痛み  
→生活に支障無し

(社員B)

 翌日は全身が筋肉痛の感覚だが出勤  
→解熱鎮痛薬服用で解消

(社員C)

 気だるさが取れず、翌日は欠勤  
→2日目は普通に出勤

(社員D)

 接種当日の夜から全身筋肉痛で眠れずに翌日は欠勤  
→2日目は出勤したが、痛みは取れていない。  
→解熱鎮痛薬服用で多少改善。

- ◆ 社員C・Dは、過去に軽い脳梗塞の経験有り。
- ◆ 社員A・B・Cは、過去に大病の経験無し。
- ◆ 社員Cは60代、あとは50代です。全員男です。

「鎮痛剤や解熱剤を用意して、接種翌日～よく翌日までは、大事な用事は入れない方が良さそうですね。」



「二回目のコロナワクチン終わって一安心しています。」



「ワクチンの件ですが、我が家は夫婦揃って先週後半に2回目接種を終えました。接種部辺りに打撲したような鈍痛があり、1回目以上に2回目はその症状が強く出て、丸2日ほど腕が肩までも上がらない（ゴルフできない）状態でした。家内もほぼ同じ症状でしたが、若干熱が上がりました。それ以外は特にこれといった副作用もなく、心配していたほどではなく楽でした。会社でも職域接種が始まり、徐々に若い世代の人も打ち始めていますが、これといった深刻な副反応は無さそうです。以上ご参考まで。」



「私もワクチン接種2回終わりました。副反応もなく過ごしております。」



「2回のワクチン接種を6月中頃までに終了しましたが、高齢男性で鈍感のせいか翌日に接種した左腕が少々、かったるい感じがしたのみで全く問題ありませんでした。」



「私たち夫婦は71歳ですが、妻は昨日2回目を終了しました。1回目、2回目共に腕が痛い程度で、発熱等の副反応はありませんでした。私は明日2回目ですが、1回目は特に問題ありませんでした。共に関戸公民館で接種受けましたが、案内の人も多くいて段取りも良く、とてもスムーズに終わりました。早く国民レベルで集団免疫を獲得し、以前の様な生活に戻れることを期待しています。」



「2回目のワクチン注射に先ほど行って参りました。場所は聖蹟桜ヶ丘駅前の関戸公民館（VITAの8階）で、三週間前に第一回に行った時には接種に来た方も多く、事務局もまだ慣れていないようで、終わるまで1時間近くかかりました。今回は、手際もよくスムーズで、接種後の待機時間15分も含め30分ほどで終わりました。この程度の情報ではお役に立たないと思いますが、ご報告まで。」



「ワクチン接種は6月24日に1回目が終わりましたが、予約がなかなかとれずイライラしましたが、会場では市の職員の方々が段取りよく丁寧に接して下さってよかったです。2回目は7月15日です。1回目の時に筋肉痛がひどかったので2回目も無事に回復出来ると良いなと思います。」



「私も、ワクチン接種一回目、二回目と打ち終わりました。ネット申し込みしました。初日希望して、午前9時に全てできるように、コード等を準備して手元の時計で9時ジャストにオンしました。入っていきません。コード入力間違えかと思い、再入力（間違えていなかった）でロスタイムが発生しました。幾度となくパソコンの実行キーを押したら、希望会場も希望時間もとれず、最終日（6月2日）の最終時間（19時）に何とか滑り込みしました。同年齢の人に伺ったところ取れない人がかなりいたのでその点ではよかったと思うようにしています。

#### 【第1回目接種（6月2日）】

やや緊張気味で会場へ。会場は異様な雰囲気。簡単な問診→接種あっという間に終わりました。元来左ききですが、左腕に接種。翌日は接種箇所周辺が痛み、ひどい倦怠感で午前中はベッドに横になってました。

#### 【第2回目接種（6月23日）】

前回左腕でしたが今回は右腕に接種。翌日はやはり接種箇所周辺の痛みあり、倦怠感もありましたが、前回ほどではない。二回目接種完了後効果が出るのは数週間後。

接種完了後の感想は、高齢者の中には、ネット申し込み出来ない人、電話もうまく出来ない人が多数いるかと思えます。

最初から、行政側で各個人の接種日を振り分け決定し、その日が不都合の方のみ変更届を出す方法がベストと思えました。我々ベビーブーマーは高齢になっても接種日の予約をとるのにハードな競争？以上、コロナ接種完了後の雑感です。」

集団接種会場での従事にあたり新型コロナウイルスワクチン接種（ファイザー社製ワクチンを使用）を行った多摩市職員約300人の1・2回目のワクチン接種後の健康状況に関する調査では、副反応疑い症状について、1回目接種後は70.5%が、2回目接種後は91.2%が「あり」と回答しています。症状別では、「疼痛」が1・2回目接種後ともに高い出現率となった一方、「37.5℃以上の発熱」「全身倦怠感」「頭痛」は2回目接種後に出現率が大きく上昇しました。特に、「37.5℃以上の発熱」は、「10～20歳代」と「30歳代」に、「頭痛」は2回目接種後の「10～20歳代」に多く見られました。



## …高齡化問題について…

現在、我が国では、65歳以上を高齡者と定義し、65～74歳を前期高齡者、75歳以上を後期高齡者と呼ぶことが一般化されています（多くの先進国における高齡者の定義は、65歳以上となっていますが、世界的には明確な基準は設けられておらず、60歳以上を採っている国もあります。）。

全国では、2020年9月15日現在、65歳以上の高齡者人口は、3,617万人で総人口に占める割合（高齡化率）は28.7パーセント。多摩市では、2021年6月1日現在、人口148,304人で、65歳以上の高齡者人口は42,955人で29パーセント、うち75歳以上は21,917人で14.8パーセントとなっています。

自治会・町会・管理組合のなかでも、高齡化が進んでいます。例として、タウンハウス永山-5住宅管理組合では、2018年8月現在、居住者276名中60～74歳が90名（32.6パーセント）。75歳以上が58名（21パーセント）。つまり、2023年には変動がなければ65歳以上の高齡者と言われる人の数は、148名で全体の53.6パーセントとなると推定できます。

高齡化が進むことで「樹木剪定、草取り等の作業が辛くなってきた。」「役員のみなり手が少しずつ減ってきた。」「防災訓練（実施する人）にも支障が出始めている。」など団体としての活動が難しくなるケースが増えています。そのほかにも、「孤独死が今後は心配。」「空き家が増えることへの不安」などの心配事も生じています。

世代交代にはまだ年数が必要と思われ、それまでの間、高齡化社会で乗り切るために、いろいろなことを考えるときが来たと思います。

高齡化問題として、皆様の自治会・町会・管理組合で「起きていること」や「問題に対してどのように対処されたか」について、体験談等がございましたら、多摩市自治連合会事務局までお聴かせください。

#### 【出典】

- e-ヘルスネット「高齡者（こうれいしゃ）」（令和3年7月6日アクセス）  
<<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/alcohol/ya-032.html>>
- 総務省統計局「統計トピックスNo.126 統計からみた我が国の高齡者-敬老の日になんで-」（令和2年9月20日報道資料）
- 多摩市「令和3年6月1日人口データ（年齢別）」（令和3年7月6日アクセス）  
<<https://www.city.tama.lg.jp/0000013513.html>>

## 地域活動費助成金交付申請書の提出をお忘れなく！

第2回目の締め切りは、**令和3年11月30日(火)必着**です。

新型コロナウイルス感染症の影響により、お祭りや防災訓練などの地域活動が実施できない場合は、「広報掲示板の修理」「防災用具の購入」なども助成対象となる場合がございますので、お気軽にご相談ください。

## 令和3年度 多摩市自治連合会 加入団体一覧表

令和3年7月現在

自治会	世帯数	自治会	世帯数	管理組合	世帯数
多摩市百草団地自治会	100	貝取第一自治会	64	グリーンヒル貝取1-30団地管理組合	20
百草団地自治会	590	都営貝取3丁目自治会	300	グリーンヒル貝取1-34団地管理組合	48
和田百草園住宅自治会	27	都営貝取5-1自治会	98	グリーンヒル貝取1-40団地管理組合	46
中和田自治会	214	上乞田自治会	67	エステート貝取-2住宅管理組合	293
和田第一自治会	49	豊ヶ丘一丁目自治会	38	ホームタウン貝取-2団地管理組合	180
和田公園自治会	93	多摩市小野路自治会	150	貝取4丁目1番住宅管理組合	132
上和田自治会	57	南野3丁目町会	97	ヒルサイドテラス豊ヶ丘-1管理組合	115
多摩市百草自治会	177	鶴牧5丁目南町会	152	メゾン豊ヶ丘-2団地管理組合	145
和田さくら自治会	64	鶴牧5丁目東町会	99	グリーンテラス豊ヶ丘団地管理組合	235
並木自治会	270	鶴牧5-40自治会	154	コスモフォーラム多摩管理組合	220
宝蔵橋睦会	50	あたご第1ブロック自治会	380	豊ヶ丘4-1住宅管理組合	100
東寺方自治会	730	愛宕第一住宅自治会	120	カインドステージ京王多摩センター管理組合	18
一ノ宮自治会	1,500	あたご第2ブロック自治会	380	多摩ニュータウン落合三-一団地(Dブロック)管理組合	220
桜ヶ丘一ノ宮自治会	300	あたご第3ブロック自治会	268	落合団地(C)管理組合	220
関戸自治会	1,900	あたご第4ブロック自治会	394	プロムナード多摩中央団地管理組合	298
ファインコート聖蹟桜ヶ丘自治会	52	あたご第5ブロック自治会	280	ホームタウン落合-5団地管理組合	186
市役所地区連絡会	23	プリンスハイツ聖蹟桜ヶ丘自治会	3	グリーンコープ落合団地管理組合	190
桜ヶ丘一丁目自治会	550	★落合自治連合会(5団体)	578	ライオンズヴィアール多摩センター管理組合	35
桜ヶ丘二丁目の会	427	<b>59(63)団体</b>	<b>19,516</b>	グリーンメゾン鶴牧-3住宅管理組合	246
桜ヶ丘三丁目自治会みどり会	362	<b>管理組合</b>	<b>世帯数</b>	ホームタウン鶴牧-6団地管理組合	167
桜ヶ丘四丁目自治会	370	オリエント聖蹟桜ヶ丘ハウス管理組合	48	ハイライズタウン鶴牧-6団地管理組合	157
連光寺向ノ岡自治会	230	モナーク聖蹟桜ヶ丘管理組合	36	ヒルサイドタウン鶴牧-6団地管理組合	154
連光寺本村自治会	557	ザ・スクエア管理組合(住宅部分)	363	アルテヴィータ管理組合	368
みどり会自治会	109	エステート聖ヶ丘-2-東団地管理組合	144	エステート中沢団地管理組合法人	153
連光寺東部自治会	278	エステート聖ヶ丘-2-西団地管理組合	95	愛宕団地管理組合	68
京王一の宮自治会	134	エステート聖ヶ丘-3団地管理組合	240	愛宕2丁目住宅管理組合	402
都営住宅聖ヶ丘1丁目アパート自治会	280	多摩永山第一スカイマンション管理組合	20	多摩ニュータウンフレール愛宕管理組合	51
聖ヶ丘二丁目自治会	399	Brillia多摩ニュータウン団地管理組合	1,249	コンセボール21多摩団地管理組合	211
聖ヶ丘五丁目自治会	31	タウンハウス諏訪住宅管理組合	58	エステイメール21多摩団地管理組合	150
馬引沢自治会	521	グリーンメゾン諏訪住宅管理組合	136	サバービア21多摩住宅管理組合	49
馬引沢団地自治会	324	永山ハイツ住宅管理組合	294	永山ハウス管理組合	23
永山自治会	37	永山三丁目第1住宅管理組合	380	聖蹟桜ヶ丘第2ダイヤモンドマンション管理組合	47
諏訪公団住宅自治会	318	永山3丁目第二住宅管理組合	210	<b>53団体</b>	<b>9,127</b>
諏訪四丁目自治会	870	ヒルサイド永山団地管理組合	36	★落合自治連合会(5団体)	
諏訪5丁目自治会	432	エステート永山-3住宅管理組合	178	・青木葉自治会	35
永山団地自治会	2,921	多摩ニュータウンメゾネット永山-5団地管理組合法人	130	・下落合自治会	43
永山2丁目緑の会	21	タウンハウス永山-5住宅管理組合	103	・山王下自治会	116
永山五丁目自治会	137	タウンハウス永山5-29住宅管理組合	39	・中組自治会	349
永山6丁目自治会	219	タウンハウス永山5-30住宅管理組合	120	・唐木田自治会	35
瓜生自治会	107	タウンハウス永山5-34住宅管理組合	129		
大貝戸自治会	64	グリーンヒル貝取1-28団地管理組合	172	<b>合計 112(116)団体</b>	<b>28,643</b>

## 編集後記

この機関誌「自治連たま」は今回で98号ということは、多摩市市制50年の殆ど初期から脈々と続いてきたものです。本誌を作り支えてきた自治連の諸先輩の方々の見識・努力に敬服し謝意を申し上げます。  
 新型コロナウイルスも次々と現れる新たな変異株で、今後どうなるか分かりません。ワクチンを接種し終わっていない方もまだおられると思いますので、本誌では気になる副反応について載せました。  
 本誌が発行される9月20日は「敬老の日」です。避けては通れない高齢化の問題についても載せました。  
 一緒に考えて各自治会・町会・管理組合で良い方法が採れるよう経験されたことを是非お聞かせください。  
 (広報委員 菊川・中島)