

常盤台一・二丁目町会マンスリー

2024年7月号 No.55 Facebook: 常盤台一・二丁目町会

TEL/FAX: 03-3969-8121

■ ときわ台駅周辺地区まちづくり協議会第一回

板橋区の「ときわ台駅周辺地区まちづくりマスタープラン」を策定するため、まちづくり協議会が3/27に設立されました。地元町会および商店街等からの推薦委員12名、公募委員8名の計20名で構成され、設立総会で、当町会の岩崎忠雄会長が、同協議会会長に選出されました。5/29に第一回協議会が開催されました。今後のスケジュールは以下の通り。

令和6年度

第1回協議会 [5/29]	第2回協議会 [7月頃]	第3回協議会 [9月頃]	第4回協議会 [11月頃]	第5回協議会 [1月頃]	第6回協議会 [2～3月頃]
まちづくりの事例紹介 地区の現況	まちづくりの課題 アンケート調査検討	まちの将来像・目標と まちづくりの方針の検討	まちの将来像・目標と まちづくりの方針検討	基本構想（骨子案）と アンケート調査の検討	アンケート調査結果と 基本構想の確認

第1回は、地区まちづくりの事例(大山、上石神井)、地区の位置づけと現況をもとにワークショップが行われ、①安心・安全、②防犯・防災、③利便性、④街並み・景観などの観点から様々な意見が出ました。特に、ときわ台駅の第22号踏切の歩行者の多さ、事故件数の多さがクローズアップされました。

- ✓ 歩行者、事故件数は第22号踏切が最も多い
- ✓ 自動車は第26号踏切が最も多い



また、踏切は地域を分断し、まちづくりの大きな障害になっている、将来的に立体化してほしい等の意見がありました。詳細は、**第1回ときわ台駅周辺地区まちづくり協議会資料 | 板橋区公式ホームページ (city.itabashi.tokyo.jp)** をご参照ください。

「常盤台コンサートフェス」

「ときわ台夏まつり(マルシェ)」

ときわ台駅前ロータリーで7月14日(日)に同時開催。

ギター、ピアノ弾き語り、JAZZ ギターetc.

焼き鳥、ステーキ、パン、惣菜、和洋菓子 etc.

さて、どんなお店がでてくるか？

主催：常盤台駅前商店街振興組合

協力：常盤台一二丁目町会



■ あずきの話(13) 健康への効用⑤: 抗酸化活性

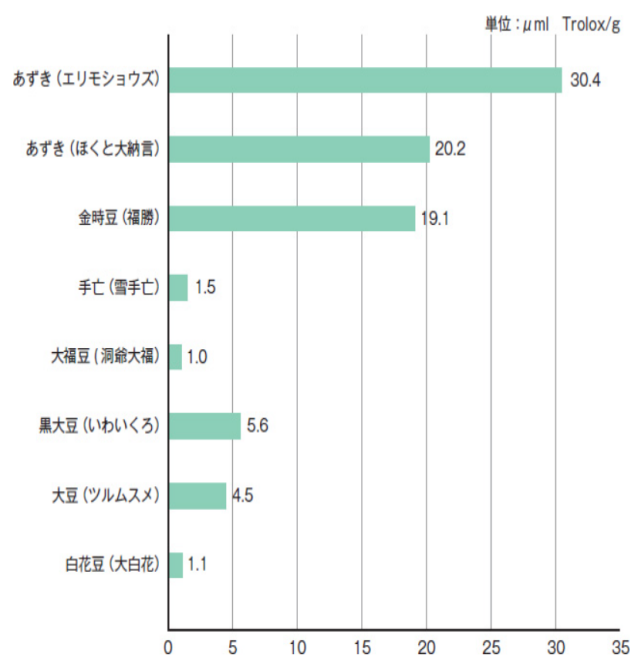
私たちの体は酸素を利用しエネルギーを作りだしますが、酸素を利用すると同時に活性酸素は常に体内で生じ、**老化、がん、シワ、しみ、糖尿病や脂質異常症、動脈硬化などの生活習慣病の原因**となります。活性酸素を無毒化する抗酸化の働きは**加齢によって低下**します。

体内で増えた活性酸素を除去していくこと(**抗酸化活性**)が、老化や、がん、生活習慣病などを予防します。**あずき**には抗酸化物質が豊富に含まれています。

出所:(公財)日本豆類協会

(公財)長寿科学振興財団・健康長寿ネット

各種豆類の抗酸化活性



資料:平成15年度北海道農業試験会資料

「小豆の抗酸化活性の変動要因と簡易評価技術」

注:1. 北海道の2000年産の各種豆類に関する抗酸化活性測定事例

2. 抗酸化活性の分析は、DPPH法による。