

堤地区自治協だより

5月号

夏目漱石
垣根より
思いがけなき
筈や

5月行事予定

壮年・レディースソフトボール大会

【体育部】



5/12(日) 【集合】 壮年:6時20分 ・レディース:10時
【場所】 堤小学校グラウンド 【予備日】 26日(日)

【健康福祉部】

健康料理教室

「夏のお弁当の傷みにくい工夫」

【時間】 10時
【場所】 学習室
【定員】 先着20名
【材料費】 500円

5/15(水)



ウォーキング

5/20(月)

～樋井川5丁目から羽黒神社～

【時間】 9時30分
【集合】 公民館
雨天中止



つつみカフェ

5/30(木)

【時間】 10時～16時

油山クリーン作戦

6/2(日)

【時間】 9時30分 (出発) 10時
【集合】 公民館/東油山町会館

【環境部】

【男女共同参画部】

男性料理教室

6/15(土)

【時間】 10時
【定員】 10名
【参加費】 500円

【健康福祉部】

貴方の味覚をチェック

レシピは公民館に
置いてます

塩分の取り過ぎが高血圧をはじめとする病気のリスクを高めることがわかっています。
味覚が鈍り、濃い味を求めるようになりがちでは?と心配な方…
一度レシピを参考に調理して、ご自分の味覚をチェックしてはいかがでしょうか。

夜間設置訓練 事前学習会 5/25(土)13時

堤公民館講堂 講師:城南区総務課 安全安心係長

夜中に地震!! その時どうする!?

【防災防犯部】

熊本地震は夜だった。能登地震は夕暮れ時。
堤地区は発災3時間 の安否確認、避難誘導、避難所設置を
繰り返し訓練してきました。これまで積み重ねた訓練の経験を
基に、今年度は夜間バージョンを作っていきます。
電源の確保は…? 物資の調達は…?
様々な「どうする?」が出てくると思います。
訓練の前に疑問や不安に思うことをぶつけ合いましょう。
たくさんの方のご参加をお待ちします。



グリーンカーテンを育ててみませんか

【環境部】

日差しを遮るカーテンのように窓の外でつる性植物を育てると、室温の上昇を防ぐことができ、
見た目も涼やかです。ゴーヤのグリーンカーテンなら、収穫の楽しみもあります。
環境部では、家庭での省エネの取り組みとして、グリーンカーテン用のアサガオとゴーヤの苗を
無料配布します。

『申し込み』

【期間】 5/22(水) 10時～定員(25名) になり次第締め切り。
【方法】 申込用紙に氏名・住所・電話番号を記入し、公民館に提出。

『配布』

【日時】 5/29(水) 13時～14時
【場所】 堤公民館
【苗】 アサガオ2株・ゴーヤ2株 (無料)

【問い合わせ先】 環境部長