

《 11、12月の行事予定 》

月	日	曜日	行事	場所	時間	主催
11	9	土	野間中友愛セール&バザー	野間中学校		野間中学校
	17	日	ふらば〜るバレーボール大会	若久小体育館	9:00 ~ 受付	体育振興会
	23	土	野間中フェスタ			青少年育成連合会
12	9	月	ふれあいネットワーク研修	若久公民館	10:00 ~	社会福祉協議会
	14	土	義士祭	興宗禅寺	10:30 ~	
	15	日	楽エコクッキング	若久公民館	10:00 ~	環境活動推進会議
	22	日	親子で楽しむ クリスマスコンサート	〃	10:00 開場 10:30 開演	社会福祉協議会
	23	月	小・中学校終業式	小・中学校		
	〃	〃	交通安全5000人キャンペーン	町内各所	7:30 ~ 8:15	安全安心推進委員会
	〃	〃	校区一斉夜間パトロール	公民館駐車場	20:00 公民館集合	〃

若久ユートピアのご案内(シニア健康づくり教室)

By:健康推進協議会

加齢による足腰の衰えを防ぎ、筋力アップを狙いとし継続することを目標として開催致しています。自分の血圧や握力を知り、簡単な筋力アップを体験し「健康寿命の意義」について考えるきっかけづくりに挑戦しては如何でしょうか？

・開催スケジュール

月日	時間	内容	その他
10月23日(水)	13:00 ~15:00	・血圧測定	楽しいゲーム
11月27日(水)		・握力測定	
12月25日(水)		・踏段昇降	健康講座
1月22日(水)		※毎回測定すること で習慣化し、体力維持に努めましょう!	栄養講座
2月26日(水)		楽しいゲーム	
3月24日(月)	10:00 ~12:00	サロンいずみ	

・血圧測定

・握力測定

・踏段昇降  
足の筋力が回復します。  
※お家でも継続していただくため、月単位で「踏段」の貸出しも行っています。

☆その他、お手玉ビンゴや、お手玉バスケット・お手玉ポッチャなど楽しいゲームを行います。(賞品あり)  
また、有益な健康講座や栄養講座など順次行います。



青パト講習会開催

主催:安全安心推進委員会

青パトで防犯活動をおこなうには、青パト実施者講習会を受講する必要があります。今年は、福岡南警察署生活安全課の方を講師に、23名が受講しました。

若久校区自主防災会より皆様へ



【若久校区防災訓練 活動報告】

[日時]令和6年9月21日(土) 10:00~12:00 [場所]若久小学校体育館

[第1部] 避難所開設・講義

各町内指定の集合場所から安全なルートを通って体育館まで避難。体育館では南区役所安全安心係・福田係長より「南海トラフ地震と福岡市」についての講義で、福岡市は地震や津波による被害よりも、他の地域の甚大な被害の影響で**流通が滞り食べ物や日用品の不足が想定される**。また、若久校区は警固断層に隣接しているため、日頃より被害を最小限に抑える**自助**(家具の固定・ローリングストック法・電源確保・非常持ち出し袋のチェック等)が必要だと再認識しました。



[第2部] みんなで避難所(体育館)の設営

主に「福岡市防災倉庫」の資機材を活用して、3つの部署の設営体験をしました。約40分間で避難所の大まかな設営が完了し、参加者の**防災コミュニティ・共助**の意識の高さを認識しました。また、今回の実証実験で不足の資機材やレイアウト等、今後の課題点も確認する事が出来ました。



避難所について

[開設基準] ・震度5強.....公民館  
・震度6弱以上...小学校体育館等

[避難所生活のポイント]

- 水分・塩分補給をこまめに
- うがい・歯磨き
- 食中毒に注意
- 体の運動
- 手を清潔に
- 十分な睡眠・休息
- マスクを着用



- ★ひなんしーむ(2人用).....20張り
- ★組み立て式段ボール(畳仕切り).....10台



入り口付近に本部・受付



3月20日は若久校区防災の日

水・非常食の期限、簡易トイレ・乾電池のチェック  
家族の安否・避難場所の確認をしましょう!!