

# 壱岐東校区自治協議会だより

第234号 令和7年2月

壱岐東校区自治協議会

事務局 壱岐東公民館内

TEL 070-7658-0250

1年中で一番寒い時期です。インフルエンザが流行していますので、気を付けてお過ごしください。

## ☆ いきひがし日記 ☆

### ～歳末パトロール～



12月26日(木) 27日(金)の2日間、二手に分かれて団地内を巡回しました。校区の安心安全のため、パトロールにご協力くださった皆様、ありがとうございました。(主催 壱岐東校区自治協議会)



### ～おもいやり～

社会福祉協議会

子育てサロン「いないいないばあ」

### 就学前幼児へプレゼント

図書カード・お菓子・ジュース  
担当民生委員が持って伺います



社会福祉協議会では賛助会員を募集しています(1口500円)

会費の半額は校区社協に配分され、いろんな行事に大切にに使わせていただいています。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。  
事務局：壱岐東公民館 092-811-2185

裏面 公民館だよりです。

### ～健康講座～(1/20)

かむ力、飲み込む力が弱まっていく  
「オーラルフレイル」対策を



高齢になると、噛む、飲み込む、話すなど口の機能が衰えてきます。口の些細な衰えを見逃さないことが大切です。リストでチェック！

1. 入れ歯など除いた自分の歯が19本以下
2. 半年前と比べて硬い物が食べにくくなった
3. お茶や汁物などでむせることがある
4. 口の渇きが気になる
5. 普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがある

(二つ以上当てはまればオーラルフレイル)

日々の歯磨きで予防・改善、噛み応えのあるメニューを加えるのも効果的だと言われています。

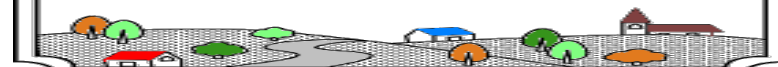
(主催 保健衛生推進委員会)

### ほがらか歩こう会

2月17日(月)

ウォーキング(橋本神社) 10時出発

※参加希望の方は公民館まで ☎092-811-2185



## 2月の予定

2日(日) ソフトペタンク大会

8時30分集合、8時45分開会式

(壱岐東小体育館)【体育部】

※詳しくは体育部まで



11日(火・祝) サロンコンサート(大正琴)

10時～(壱岐東公民館)

【壱岐東公民館・男女共同参画推進委員会】

16日(日) 賛助会員バスハイク

【社会福祉協議会】

23日(日) 校区防災訓練(避難所設営)

10時～12時(壱岐東小学校体育館)

【壱岐東校区自治協議会】

23日(日) 各種団体意見交換会

13時～(壱岐東公民館)

【壱岐東校区自治協議会】



毎週水曜日 7:30～8:20

壱岐東小学校家庭科室

グリーンコープより提供

パン・りんご・ジュース

牛乳は3月までお休みです。

6年生の「社会体験」(1/11)

北公園の清掃と三社詣り  
天神の水鏡天満宮～川端の  
櫛田神社～地元の橋本神社



【青少年育成連合会】