

浜っ子通信 1 月号

愛宕浜校区自治協議会だより (No.100)
自治協ブログ atagohamajc.blogspot.c

愛宕浜校区自治協議会

事務局 愛宕浜公民館内
Tel 885-4551
fax 885-4539
令和8年1月1日発行



あけましておめでとうございます。
皆様におかれましては、清々しい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。
また、日頃より自治協議会の活動に対しまして深いご理解と温かいご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
昨年は防災、防犯、地域行事、福祉活動など住民の皆様のご協力により自治協議会の取り組みを進めることができました。
改めて地域のつながりと支え合いの大切さを実感した一年でありました。
本年も愛宕浜校区の安心、安全の街を目指し皆様のご理解とご参加をお願い申し上げますとともに、健やかで実り多い一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

令和8年元旦 愛宕浜校区自治協議会役員一同

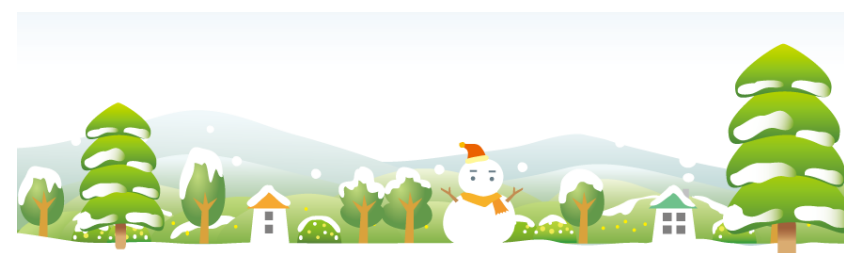


12月6日(土)校区もちつき大会を開催しました！

ご協力いただいた愛宕浜校区自治協議会、愛宕浜公民館、愛宕浜おやじの会、姪浜中学校の皆さまには心より感謝申し上げます。今後とも校区社会活動へのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



社会福祉協議会：廣瀬喜久男)



保健活動組織活動功労団体として表彰されました

『愛宕浜校区リバーラガーデンよかトレ体操』



小学校交流事業 芋掘り

11月26日(水)、午前9時30分から小学2年生と一緒に小学校の東門近くにある芋畑で、6月に植えたサツマイモの芋掘りを行いました。

夏の高温が心配でしたが、予想に反して大豊作でした！大きな芋が次々と掘り出され、子どもたちの歓声があちこちで響き渡り、大興奮の様子でした。

皆で声を合わせて数えた芋は、なんと87個もありました！収穫した芋は約3週間冷蔵所で熟成させ、12月17日に芋パーティを開催予定です。

児童たちは愛宕浜校区老ク連との交流会を楽しみにしています (老人クラブ連合会)



1月の主な行事予定

	事業(場所)	主催
6(火)	ふれあいサロンはまゆう(リバーラ)	社会福祉協議会
8, 15(木)	ロコモ予防サロン(公民館)	健康・環境委員会
12(月)	ふれあいサロン詩(いこいの家)	社会福祉協議会
17(土)	ふれあいサロンよりあい(公民館)	社会福祉協議会
//	アーベイン姪の浜サロン(アーベイン)	社会福祉協議会
19(月)	ふれあいサロン華(公民館)	社会福祉協議会
20(火)	ふれあいサロンよかトレ(リバーラ)	社会福祉協議会
24(土)	かるた大会	男女共同参画協議会

ふれあいサロンのご紹介

ふれあいサロン はまゆう

1月6日(火) 参加費 100 円

開催日：毎月第 1 火曜日 (13:00~15:00)

場 所：リバーラガーデン コミュニティーセンターまたは I 棟集会室
どなたでも参加できます。参加申し込みは不要です。

内 容：フレイル予防のための栄養講座

講師 管理栄養士 保健師 (西保健所より)

※講座のあとは新年の祝いぜんざいを準備しています。

代表：仁田野 昭子 (Tel092-892-6128)



ふれあいカフェ

1月8日(木)

開催日：奇数月 第 2 木曜日 (10:30~12:30) 場 所：公民館 講堂

内 容：新春初笑い 博多にわか



今年もカフェでお茶しながらおしゃべりを楽しみましょう。人気の「いきいき工房」さんの美味しいパンの販売もあります。また、今回は鏡開きで、ぜんざいをふるまいます。お楽しみに！ (※参加無料、事前予約無し)

問い合わせ先：社会福祉協議会 廣瀬 喜久男 (Tel090-9483-3402)

ふれあいサロン 華

1月19日(月) 会 費:400 円

開催日：毎月第 3 月曜日 (12:00~14:00) 場 所：愛宕浜公民館

内 容：75 歳以上の高齢者がボランティア手作りの昼食の後、脳トレ、室内ゲーム、作品作り、健康教室など、みんなで楽しい時間を過ごしています。

代表：星野 恵子 (Tel090-9720-3976)



ふれあいサロン 詩

1月12日(月)

開催日：毎月 第 2 月曜日 (13:15~15:30) 場 所：老人いこいの家

内 容：前半→嚥下運動 後半→合唱・ダンス・体操・小物作り

代表：谷口 憲子 (Tel092-881-5511)



ふれあいサロン よいあい

1月17日(土)

開催日：毎月第 3 土曜日 (13:30~15:00) 場 所：愛宕浜公民館 研修室

内 容：前半：ら・ら・ら体操 (音楽に合わせた創作体操) ストレッチ
後 半：自由タイム (脳活・ゲーム・茶話会等)

代表：鈴木 泰子 (Tel092-882-0280)



アーベイン姪の浜サロン

1月17日(土)

開催日：毎月第 3 土曜日 (10:30~12:00) 場 所：アーベイン姪の浜マリナステージ
2 号棟 集会室

内 容：呼吸法 (ストレッチ)、ラジオ体操、足元気体操、歌に合わせた体操、脳トレ
茶話会、カラオケ

代表：門司 光正 (Tel092-882-9510)



ふれあいサロン よかトレ

1月20日(火)

開催日：毎月第 3 火曜日 (10:00~12:00)

場 所：リバーラガーデン コミュニティーセンター集会室

内 容：よかトレ体操を行っています。(お口の体操、深呼吸と発声、ストレッチ、筋トレなど)
レクレーションやゲームなどを行い、その後お茶会を行います。

*どなたでも参加できます。参加申し込みは不要です。お茶をご用意してお待ちしております。

代表：宮島 ゆう子 (Tel092-882-8043)



- ★ 各サロン、どなたでも参加自由です
- ★ 収容人数、食材調達などの関係で 人数制限が必要なサロンもあります。
- ★ 詳しくは各サロンの代表者にお問い合わせください