

浜っ子通信 8月号

愛宕浜校区自治協議会だより (No.106)
自治協ブログ atagohamajc.blgspot.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8月1日発行

第27回 愛宕浜校区 秋まつり

日時：10月3日(土) 16時～20時(雨天中止)

場所：愛宕浜小学校 校庭

※抽選券付きプログラムを9月下旬に配布予定です(自治会加入世帯のみ)



舞台出演・出店募集のお知らせ

舞台出演・・・個人・サークル・グループ・自治会・諸団体で日頃練習している
ダンス・舞踊・歌(カラオケ除く)などで舞台に出て秋まつりを
盛り上げましょう!

出 店・・・校区内の個人・グループ・サークル・自治会・諸団体などで出店参加
しませんか?

※出店基準：地域住人が代表、あるいは地域との交流がある
団体、機関、個人

申し込み締め切り：8月22日(土)

申し込み用紙は公民館にあります



(主催：愛宕浜校区自治協議会秋まつり実行委員会)

令和8年度、校区上期介護予防教室『運動編』開催

6/23(火)公民館講堂で、校区3クラブ29名の参加者が集い、西区保健所から保健師の松崎様・中島様、運動指導士の柴田様、看護師の後藤様、そして西第1いきいきセンターより社会福祉士の小西様の御指導のもと、実施されました。

保健所からは、『良い睡眠から健康に!』、いきいきセンターからは『家庭でできる食中毒予防の6つのポイント』のそれぞれのテーマで配布資料に基づき、講座及び、座椅子でのストレッチ体操を行いました。

お話の中で、我々高齢者はどうしても睡眠が浅く質が悪くなりがちなので、日頃から睡眠環境(光・温度・音)、生活習慣(運動・食事・休養)を整え、嗜好品(カフェイン・酒・煙草)を控え、規則正しい日常生活を送る事が大事だと教わりました。また、この梅雨の時期、菌の増殖を防ぐ為、食品は短時間で小分けして冷蔵・冷凍保存、しっかり加熱調理や、残食品の惜しまずの処分も必要との事。どれも日常生活に直結しており、非常に有意義な2時間を過ごしました。



愛宕浜校区老人クラブ連合会 (担当:愛宕浜マけ会)



8月の主な行事予定



	事業(場所)	主催
1,15(土)	アーベイン姪の浜サロン(アーベイン)	社会福祉協議会
4(火)	ふれあいサロンはまゆう(リバー)	社会福祉協議会
6,20(木)	ロコモ予防サロン(公民館)	健康・環境委員会
10(月)	ふれあいサロン詩(いこいの家)	社会福祉協議会
22(土)	ふれあいサロンよりあい(公民館)	社会福祉協議会
15(土)	花火大会・精霊流し雑踏整理	安心安全推進委員会
17(月)	ふれあいサロン華(公民館)	社会福祉協議会
18(火)	ふれあいサロンよかトレ(リバー)	社会福祉協議会
24(月)	上期ダーツ大会	老人クラブ連合会
28(金)	ふれあいサロンピオニー(公民館)	社会福祉協議会
//	フードドライブ食品受付開始(公民館)	健康環境委員会



フードドライブ

にご協力をおねがいします！

開催日時 令和8年9月5日(土)9:30~13:00(公民館 講堂)

事前受付期間 令和8年 8月28日~9月4日(9:00~17:00 公民館にて随時受付)



ご寄付いただきたい食品

すべて未開封・未使用のもの
お米/パスタ、そうめんなどの乾麺
缶詰/レトルト食品
インスタント食品/のり/ふりかけ
お菓子/飲料水/食用油/非常食

お預かりできない食品

- ・賞味期限が明記されていないもの
- ・賞味期限が1か月以上ないもの
- ・開封されているもの
- ・常温保管が困難なもの(生もの不可)

お問合せ先:愛宕浜公民館(Tel885-4551)

ふれあいサロンのご紹介

アーベイン姪の浜サロン

8月1.15日(土)

開催日:毎月第1・3土曜日(10:30~12:00) 場所:アーベイン姪の浜マリナスステージ
2号棟 集会室



代表:門司 光正(Tel092-882-9510)

ふれあいサロン 詩

8月10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

代表:谷口 憲子(Tel092-881-5511)



ふれあいサロン 華

8月17日(月)

開催日:毎月第3火曜日(12:00~14:00) 場所:愛宕浜公民館

代表:星野 恵子(Tel090-9720-3976)



ふれあいサロン よかトシ

8月18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

代表:宮島 ゆう子(Tel092-882-8043)



ふれあいサロン よいあい

8月22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

代表:鈴木 康子(Tel092-882-0280)



ふれあいサロン はまゆう

8月4日(火)

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

◎8月4日(火) 13:00~15:30

内容予定:世代間交流バタック大会

※注意 この回の参加申し込みは既に締め切っています。

告知 9月1日(火) 13:00~15:00

(株)明治セミナー【チョコレートの世界へようこそ!】

リバーラガーデンコミュニティーセンターにおいてある申し込み用紙に必要事項を記入してください。

申し込み受付期間(8/5~8/19)

代表:仁田野 昭子(Tel092-892-6128)



ふれあいサロン ピオニー

8月28日(金)

開催日:毎月 第4金曜日(13:30~15:00) 場所:愛宕浜公民館 児童等集会室

内容: *声を出すことを中心に詩やエッセイの音読

*歌 4~5曲

*たまにボードゲーム(ラミキューブ)

声を出して楽しい時間をすごしましょう!

代表:藤森 玲子(Tel090-7105-8149)

