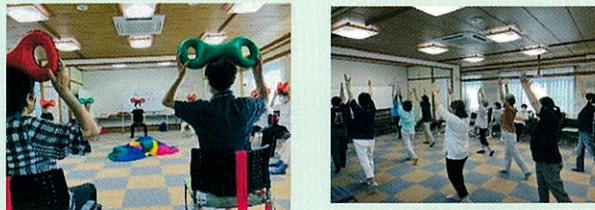


健康促進！ 皆さん、無理なく体を動かしましょう😊

お三の宮健康体操会

開催日時：毎月第1金曜日（1月お休み）
 開催場所：連合町内会館
 体操内容：3B体操、チューブ体操、気功
 毎回笑いの絶えない楽しい雰囲気体操をしています。
 ぜひ皆さんもお気軽にご参加下さい。



健康測定会

令和5年10月18日、ようやく健康測定会が開催できました。リニューアル間もない南吉田町内会館をお借りし、身長、体組成、足指力、握力、血管年齢を測定しました。南区役所から1Kgの脂肪模型を借りて展示もしてみました。開催した2時間で約30人のご参加、ありがとうございました。令和6年度も10月に開催を予定しています。
 ぜひご参加下さい。



お三の宮地区ウォーク

令和5年11月19日(日)気温が20℃まで上がった晴天の中、約20名の参加者で楽しく歩きました。今年は港の見える丘公園まで登りましたが、元町中華街駅奥のエスカレーターを使い、アメリカ山公園へ出るルートで楽に登ることができました。港の見える丘公園から横浜港の眺めは素晴らしかったです。そこから山下公園を抜けて、大通り公園を通り阪東橋までのコースでした。今年は参加者が少なく残念でしたが、令和6年も新しいルートを考えますので、奮ってご参加下さい。



赤い羽根共同募金

令和5年度も赤い羽根共同募金活動が行われ、お三の宮地区では10月1日(土)に街頭での活動が民生委員・児童委員によって行われました。皆様のご協力、厚くお礼申し上げます。皆様の善意は地域の福祉活動に役立たせていただきます。



お三の宮地区 今後の活動のお知らせ

- | | | | |
|------------|-------|-----------------|---------|
| ★地区社協定時総会 | 5月20日 | ★日枝神社例大祭 | 9月 |
| ★連合町内会定時総会 | 5月24日 | ★健康測定会（保活主催） | 10月 |
| ★ふれあい食事会 | 6月 | ★高齢者サロン「ひだまり」 | 毎月第2水曜日 |
| ★ふれあいオセロ大会 | 6月 | ★子育てサロン「ほっとmom」 | 毎月第3火曜日 |
| ★地区懇談会 | 6月28日 | ★お三の宮健康体操会 | 毎月第1金曜日 |
| ★ドッジボール大会 | 7月 | ★防犯パトロール | 毎月10日 |
| ★浦舟納涼祭参加 | 8月 | | |
- 変更・中止の場合があります—

お三の宮地区だより—連合町内会・社会福祉協議会—編集委員会（令和5年度 後期号）
 編集責任者：有藤勲 編集委員長：宮園康彦
 メンバー：米田裕信・菊地勝実・高木義人・小林孝伸・宮沢耕三・並木五郎・武部竜仁
 水野成子・館野俊雄・佐藤道子・大西恵子・伊東由紀 編集：須加佳江

地区社協HPも是非ご覧ください。

お三の宮地区だより 連合町内会・社会福祉協議会



令和5年度 後期号

全国で防災意識が高まっています。地域の皆さんと共に日頃の備えを再確認し、地域でどのように助け合えるかを考えていきましょう！

日枝小学校地域防災拠点訓練



始めに、能登半島地震で避難生活を余儀されている避難者の方へ、心からお見舞い申し上げます。

さて、お三の宮地区日枝小学校防災拠点訓練を2月4日(日)小雨が降り寒い中での開催になりました。参加者は各町10名、校長、副校長はじめ、日枝小学校関係者6名、浦舟地域ケアプラザ所長他行政関係者含め、約100名での訓練になりました。

従来の訓練は、スポーツ推進員、青少年指導員、連合町内会役員が、当日訓練に使用する物資等を早朝より準備した中での訓練でしたが、今回の訓練については、震度6強の地震が発生し、自宅が倒壊等した被災者が拠点に集まってきたことを想定し、事前の準備もなく、なにも決めず市作成の「防災拠点開設・運営マニュアル」地震発生後3時間までにできること、特に防災拠点備蓄庫の物資を体育館に搬出し、機能等の確認までを行う予定でした。

そこで運営委員会(避難者から選出)を開き、訓練をどのようにするかを図りました。その結果、防災備蓄庫の搬出及び確認はせずに、各班長（総務・情報・救護・給食給水・環境・女性担当）より班員及び参集者へ各班の役割を説明し、班長の支持のもと各班（班員+任意参集者）に分かれ、防災備蓄庫内の確認、連合町内会備蓄庫の確認他を実施し終了しました。

参加者の声(一部抜粋)

- ・体育館が冷えて、じっと待機しているのがつらい状況だった
- ・寒かったことで、能登の被災者の気持ちがわかったような気がした
- ・集会時、発話者の声が聞き取りにくい状況だった
- ・地域の特性に合わせた訓練が必要（災害時に何か起こるか想定して）
- ・避難者への誘導を説明することが中心になったが、実際の道筋が確認できて良かった
- ・避難所での各班の役割を知り、お互いの協力が必要であることがわかった



今後も頂いたご意見をもとに被災したときを想定し、訓練を行ってまいります。



ふれあいスポーツ大会

よい天気にも恵まれた令和5年11月5日(日)、日枝小学校でふれあいスポーツ大会が開催されました。約300名の参加があり熱戦が続きました。

- 1 各種目で満遍なく高得点をあげた日枝西部町和会が総合優勝。
- 2 準優勝が二葉町、
- 3 第3位は新川町でした。



グランドゴルフ大会

令和6年3月3日(日)、今回も各町内会2チーム(計12名)と特別チーム(関係機関)が日枝小学校校庭に集まりグランドゴルフ大会が開催されました。晴天の中、参加者も真剣な表情で競技が繰り広げられ、和気あいあいとグランドゴルフを満喫し、楽しい大会となりました。

- 優勝：日枝西部Bチーム
- 準優勝：高砂町Aチーム
- 3位：日枝西部Aチーム



世代を超えて地域交流

お三の宮地区には皆さんが集える場所があります。町内の掲示板や回覧、地区社協のホームページにも開催予定が載っています。ぜひご参加下さい。

ひとあし早いクリスマス会



令和5年12月6日(水)、一人暮らしの高齢者を対象に吉野町市民プラザで「ひとあし早いクリスマス会」が行われました。恒例のゲームや抽選会、サンタさんからのプレゼントなどが行われただけでなく、日枝小学校6年2組の皆さんがバルーンパフォーマンスを披露してくれました。ステージ上だけではなく会場設営の準備から参加して、地域の方々や南区社会福祉協議会、南区役所、浦舟地域ケアプラザの方々を笑顔で迎えてくれました。日頃の練習の成果を存分に発揮。音楽や見せ方も工夫して、花や動物など見事なバルーンの作品を時間内に作り上げて会場の皆さんにプレゼントしてくれました。歓声と拍手、笑顔が会場中にあふれていました。

子どもたちの声をご紹介します

3つの目標を達成できました!

- ・相手も自分も楽しむ
- ・絆を深める
- ・バルーンの魅力を伝える

緊張を楽しさ
に変えられ
ました

お客さんの
笑顔と拍手が
嬉しかった

ありがとうと言っ
てもらえたことが
嬉しかった

交流の時間が
もっとたくさん
あれば良かった

顔を合わせて名前を
言って会話できた
ことが嬉しかった

トークもバルーンももっと工
夫できた。見せ方もっと工夫
できるように次は工夫したい

バルーンをほし
がってくれたこと
が嬉しかった



子育てサロン「ほっとmom」

毎月第3火曜日(1・8月お休み) 連合町内会館で2歳未満のお子さんと保護者を対象に開催しています。お誕生会や体操、絵本、手遊びと一緒に楽しく過ごしましょう! 参加費100円です。



ペットボトルロケット大会

今年も青空の中、ペットボトルロケット大会を10月22日に行いました。参加者は13名で、作製・打ち上げを楽しく行い、デザイン賞1名、飛び賞1位がそれぞれ決まりました。今回は飛距離もデザインも素晴らしい物が多く、驚きました。



高齢者サロン「ひだまり」

毎月第2水曜日(1月お休み) 高砂町町内会館で、午後1時30分~3時 認知症予防の脳トレ体操やゲーム、クリスマスのキラキラガーランド作りと、盛りだくさんの「ひだまり」です。楽しいお喋りに失敗しても大笑いと賑やかな集まりです。皆さんも参加してみたいはかがですか。参加費は100円です。

