

12月の行事予定

9日(水)資源ごみ回収(夜間回収あり)

毎週月曜 ステップ教室 10:00～
第1・3土曜 うた声喫茶 10:00～

○子育てサロン「どんぐり」はお休みです。
○文学講座はお休みです。
○「楽食」「さくらの会」については、社協だよりにてお知らせします。

12月29日(火)～1月3日(日)の間
事務局はお休みです。

11月に行われた会議

10日 コミュニティ協議会役員会
25日 社会福祉協議会会議
26日 地区協議会
26日 まちづくり協議会

12月のサロン展示

ガーデンパートナー

クリスマスに向けて、自然素材を使ったリースやオブジェが飾られます。

事務局より

新型コロナウイルス感染症は、第3波が訪れたようで、全国的に感染者数の増加が見られます。福岡県は、大都市ほど増えてはいませんが、GO TOキャンペーンの影響で、観光地の人出が増加していることは確かです。

街内は安全という意識はありますが、今一度、初心に帰って「手洗い」「マスク」「3密を避ける」を徹底しましょう。

油断は禁物です。

手を洗おう
マスクをしよう
換気をしよう

図書館貸与本の紹介

『私は99歳のアーティスト』三星 静子
古きレコーズ作家としてデビューしたのは92歳の時。もったいない精神で、古いものを芸術にかえる。

『しばいぬ』岩合光昭
飼っている人も飼っていない人も、その愛くるしい顔に癒されてください。

『旧ソ連遺産』ラナ・サトル
米ソ冷戦時代の軍事施設や原子炉の廃墟。物言わぬむき出しの機械の写真は、墓場のよう。

図書の入れ替えは12月10日(木)です。
前日までに、ご返却ください。

あいのりタクシー利用状況

<令和2年10月分>

延べ利用者数推移

年度	10月	9月
H29年度	340	260
H30年度	340	284
R元年度	442	382
R2年度	399	340

10月の利用者は、例年通り9月より増加しています。年間の中でも一番利用の多い月です。

令和2年度累計見込 3,622人
(昨年度累計 4,496人)

イルミネーション点灯式

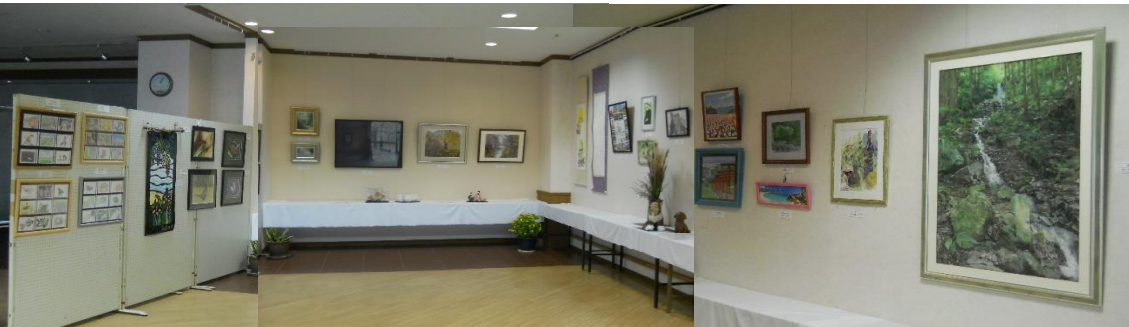
12月1日(火) 17:00～
コミュニティセンター前

美奈宜の杜地区コミュニティ協議会だより

第109号
《2020年12月1日》
事務局(23-9008)

サロン展示の公募展

杜のサロンでは、文化系サークルの作品発表の場として、年間スケジュールを組んで展示をしていますが、一般住民の方の作品を募集する『公募展』も年2回企画しています。今年度も3月に予定していましたが、新型コロナウイルスの影響で『文化祭』が中止となった為、芸術の秋に彩りを、という事で『プチ文化祭』として11月に行いました。



絵画の力作は勿論のこと、写真、フェルトやちりめん細工に押し花絵や切り絵。和歌の掛け軸、心温まる挿絵付きの俳句やお孫さんのメッセージ付き水墨画といった工夫に富んだものまで、住民さんの多彩さを感じる展示となりました。






作品を展示された方は、28日に作品の入れ替えがありますので、それ以降に、事務局に取りにきてください。

ダーツ大会

が、行われました。

11月13日(金)に行われた『ダーツ大会』では、16名の参加がありました。毎週金曜日に活動している「ダーツの会」ですが、ダーツの楽しさを広めるため、年1回サークルメンバー以外の住民にも呼びかけ、大会を開催しています。

今回は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、参加者は少なかったのですが、感染症対策に留意した中でプレーを楽しみ、豪華賞品と参加賞を手に入れました。





住

民

活

動

サークル探訪

ヨガのサークルが3つありますので、紹介します。

デトックスヨガ

毎週月曜

13:15～14:45

おやじの若返りヨガ

毎週木曜

13:15～14:45

講師は、どちらも「スタジオKURA」の山本 梓さんです。

11月第2週に無料体験会が行われました。メンバーはそれぞれ15名前後です。



男性用若返りヨガです。
硬い体を柔軟にすることで怪我が防げます。
じんわり汗をかいて調子がアップ！



無料体験会だったので、今回は初心者でも取り組めるメニューでしたが、体内の老廃物を運ぶリンパの流れを促進し汗により毒素を排出します。美肌にgood！



免疫力アップ美姿勢ヨガ

毎週木曜 10:00～11:30

講師は、「健康ヨガ教室」の池田 明子さんです。
メンバーは10名前後。体を緩めることが目的で、マッサージ効果で血流を良くし、体内から健康になるように、静かな音楽が流れる中でゆったりとした時を過ごします。高齢者にも安心。



足の指を丹念に
マッサージ

12月10日に無料体験会を行います。詳しくは、社協だよりをご覧ください。

ステップ教室

9日(月)の教室では、講師によるステップ運動指導がありました。

<講師紹介>

健康づくりのための運動プログラムの普及・実施指導をされています。
大学在学中より始めたマラソンでの優勝や入賞も多く、現在でも活躍中。



佐藤 紀子 氏
(健康運動指導士)



第1回 イキイキ健康フェスタに参加しました。

11月22日(日)に朝倉市内の
烏集院地区運動公園で行われた
「地域での健康づくり」を推進する
イベントに参加しました。



いきいきサロン「さくらの会」が9ヶ月振りに催されました。

高齢者がいきいきと過ごすための集い「さくらの会」ですが、新型コロナウイルス感染症の影響で、3月から中止していました。その間、脳トレやクロスワードパズル、くねくね体操などを個々に行ってきましたが、今回は、感染症対策を十分に行って11月16日(月)に朝倉市の出前講座『笑いの健康講座』を受講しました。

おもしろ健康講話



マジックショー



NPO法人『博多笑い塾』

“笑いの健康”をテーマに、笑いの医学的・社会的効用についての研究・実践を行い、笑いによる心身の健康と交流を通して、幸福に暮らせる社会づくりに貢献する活動をしています。長寿祝いの出前もしています。

出演者の話術に引き込まれ、
楽しい時間を過ごしました。

久し振りの開催でしたが、互いに
元気な顔を合わせることができた
ことが、何よりでした。

ま

ち

づ

<

い

生活環境部会より

12月の資源ごみ回収は、夜間回収があります。

18:00～19:00 回収場所は、5丁目ステーションのみです。



区会からのお知らせ

タバコのポイ捨て注意！

街内公園の何ヶ所かで、タバコのポイ捨てが見られます。
冬は乾燥し風邪の強い日も多いので、火災の危険が高まります。
ポイ捨てしないことはもちろんですが、捨てられている吸い殻を
見かけましたら、区会長に連絡をお願いします。



11月21日(土) 自主防災訓練を実施しました。

自主防災会は大災害に備えるために、避難と初動対応を中心とした
防災訓練を毎年実施していますが、今年は新型コロナウイルス感染症拡大
防止対策として、多くの人が集まる避難訓練および体験訓練は中止とし、
携帯電話(SMS配信)を利用した情報伝達訓練のみ行いました。

皆様のご参加とご協力、ありがとうございました。



まだ緊急連絡網に携帯電話を登録されていない方は、登録をお願いします。
携帯番号を変更した方、今回のメッセージが受信できなかった方はご連絡ください。

コミュニティ協議会事務局 (23-9008)