

北地区振興会

みんなでつくろう！心豊かで活気あふれる“本渡北地区”

心
感謝 思いやり 挨拶

本渡北地区振興会

〒863-0012

天草市今釜町 10 番 43 号

本渡北地区コミュニティセンター

☎・FAX 0969-23-4734

電子メール

hondokita@amakusa-cc.jp



第15回北地区クリーン活動 7月27日(日)



北地区の住民みんなで、快適で住みよいまちづくりをより一層推進することなどを目的に“北地区クリーン活動”を実施します。

- ★ 区によっては、期日を変更して実施する場合があります。
- ★ 実施時間や雨天時の対応などは、各区で異なります。

主催：北地区振興会・区長会

**できる時間に！
できるところを！
ご協力お願い致します！**

北スマイル学園を開催

- ◎と き＝7月22日㊤午前10時～
- ◎ところ＝北地区コミュニティセンター
- ◎講師＝後藤 知恵 様
- ◎内 容＝地域醸成講座

「幸せってなに？
～天草が教えてくれたこと～」

元 NHK の社会部記者、解説委員として労働、介護・福祉、社会保障、地域づくり等のテーマを担当。早期退職し、2022年に天草に移住。天草と都会の違いや天草の良さを後藤さんの視点からお話をして頂きます。ぜひご参加ください。

第1回学びの広場『北ゼミ』開催！！

第1回目は万能な薬草であるヨモギを使った講座です。身近にあるヨモギを、日々の生活に取り入れてみませんか？今回はヨモギオイルを作りながら、活用法をお伝えします。ぜひご参加下さい。

と き＝7月26日㊤ 10時～

ところ＝北地区コミュニティセンター

対 象＝北地区住民 参加料＝500円

定 員＝10人(先着順)

講 師＝杜のなかのボディケアサロン あゆむ

薬草コーディネーター

菜食薬膳コーディネーター 門築 身佳様

申込方法＝7月1日㊤から受付開始

北地区コミュニティセンター ☎23-4734



7月の行事予定

- 2日㊤ 北老連役員会
- 6日㊤ レディースミニバレーボール大会
- 12日㊤ 小学生料理教室
- 17日㊤ 北区長会
- 22日㊤ 北スマイル学園
- 24日㊤ 認知症出前講座
- 26日㊤ 学びの広場「北ゼミ」
- 27日㊤ 北地区クリーン活動

小学生料理教室の参加者募集

- ◆対 象＝北小学校の1～6年の児童(保護者は参加不可)
- ◆と き＝8月2日㊤午前10時～
- ◆ところ＝北地区コミュニティセンター
- ◆メニュー＝きのこのオムレツ、パリパリサラダ、豆腐白玉

◆参加料＝無料 ◆定 員＝先着16人

◆持参品＝エプロン、ハンカチ、
タッパー(3個)、水筒(お茶)

◆申込方法＝7月1日㊤から同31日㊤
北地区コミュニティセンター
☎23-4734 へ



バクテリア de キエーロ講習会を実施しました！

6月5日、北地区コミュニティセンターで生ゴミ処理機(バクテリア de キエーロ)の講習会が実施されました。講師の田中一美さんが、北地区女性部の生ゴミ問題の取り組みの経緯を話された後、体験を踏まえながら生ゴミの埋め方などを説明していただきました。昨年購入された方は、土を発酵させて肥料にし、立派なズッキーニを育てられています。参加者は、他の生ごみ処理機との違いを熱心に聞かれていました。



牛の首区・防災訓練を実施しました！

6月8日、牛の首区の防災訓練が行われました。時折、小雨が降る中でしたが、予定通り実施することができました。消防署から水消火器を使って、消火器の使用方法や実技指導を受けた後、テントの中に煙を充満させた煙体験をしました。狭いテントの中でしたが、すぐ前を歩いている人が見えなくなり、どちらの方向に歩いて良いのか分からなくなりました。また、社会福祉協議会の方々とハイゼックス包装食の炊き出しを行い、貴重な体験をさせて頂きました。110人の参加があり、皆さん熱心に取り組んでおられました。

同日開催の天草市一斉避難訓練には、雨天の予想で自主避難の地区もありましたが、1,309人の参加がありました。ご協力ありがとうございました。

煙体験

ハイゼックス炊き出し体験



第1回料理教室を開催しました

5月31日、親子料理教室を実施しました。七夕メニューで七夕そうめん(無添加の麺つゆ)とグミ、七夕ピンチョスを作りました。

講師の福田美保さんよりなぜ七夕にそうめんを食べるのか説明があり調理に取りかかりました。グミは星型やハートに型抜きをし、ピンチョスは、一口大に切ったチーズ・ソーセージ・オクラなどを、シールで飾り付けた爪楊枝に差し、小さな子どもさんも楽しむ事ができました。

お家でも作ろう!!



ふるさと応援寄付金をいただきました

本渡北地区振興会にふるさと応援寄付金をいただきました。今後のまちづくりの為に有効に活用させていただきます。ありがとうございました。

★福岡県 金子 和也 様

認知症出前講座のご案内

～天草の高齢者の5人に1人は認知症である現状です。自分自身のため、周りの大切な人のために認知症予防について学びませんか？～

- ◆と き＝7月24日(木)午前10時～
- ◆ところ＝北地区コミュニティセンター



- ◆講 師＝(株)Re学 川畑 智 先生(理学療法士)
川畑麻里 先生(看護師)

◆申込方法

天草市役所高齢者支援課(☎24-8864)又は
本渡北コミュニティセンター(☎23-4734)
までお申し込み下さい。