

# ほむら

いやしの里 本町地区振興会 検索

第327号  
令和2年 9月 1日  
編集・発行  
本町地区振興会  
本町地区コミュニティセンター TEL・FAX23-4735

## コミセン清掃(サークル)・中庭作業お世話になりました



手つかずの中庭(;´Д`)



防草シートを敷いて・・・



砂利を入れて完成！！

7月26日(日)、雨の降る中サークルの皆さんにコミセンの窓ふきと周辺の草刈りをしていただきました。夏場は小さい虫が多くサッシのレールが汚れるため今回清掃をしていただき大変助かりました。同日区長さん方には中庭に砂利を敷いていただきました。草が多くなかなか手入れができずにいましたが今回区長会にお願いをいたしました。前日からお手伝いいただいた松坂政幸さん、松本兼徳さんを含めお手伝いいただいた皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

## グラウンド清掃大作戦！お疲れさまでした



8月23日(日)、上区(平床・福岡・鶴・宇土・寺領・新休)には本町小グラウンドを、下区(横久保・下河内・柵の原)には本町運動広場(旧本町中)を、柵の原地区の方には通学路を清掃していただきました。本町小グラウンド外側の斜面の草刈り、本町運動広場も含め内外の草刈や周辺の土さらいなどの作業を総勢171名の町民の皆さんで行いました。

**10月16日(金)に予定していました「本町ふれあいミニバレー大会」(サークル対抗)及び11月6日(金)・7日(土)「本町町民ミニバレー大会」は新型コロナウイルス感染拡大防止の為今年度は中止します。**



## 災害義援金を贈りました

「令和2年7月豪雨」お見舞い申し上げます。県南を中心に発生しました集中豪雨は大きな被害をもたらしました。天草市においても牛深地区『魚貫・茂串・久玉・深海』が河川の氾濫、土砂崩れ等で多くの家屋が被害を受けました。本町地区振興会としまして、振興会役員及び区長会の承認を得て、牛深地区に義援金を贈ることを決定し、7/27(月)坂本区長会長と市役所担当窓口へ届けて来ました。被災された皆様の一日も早い復旧復興をお祈り申し上げます。

本町地区振興会長 堀田福男

## 脳トレやるなら今でしょ！

脳トレサポーター（横久保門前会） 堀田桂子

8月20日（木）、脳トレサポーターの所属する通いの場を対象とした現地支援の為、(株)Re学 川畑智先生が「横久保門前会」に来て下さいました。川畑先生は熊本を拠点に病院や施設における認知症予防や認知症ケアの実践に取り組むとともに、認知症予防プログラム開発責任者も務められています。その先生が直接「横久保門前会」通いの場でお話して下さいました。とても楽しみにしておりました。

当日は8名の参加者でしたが、大変楽しく有意義な活動が出来ました。

まずは、現状と今後の認知症高齢者の推移を話されました。高齢者の認知症患者が2025年には5人に1人になる予想です。そのためには、認知症にならない為の予防をしなければならない、また、なっても認知症の症状を遅らせなくてはならないということでした。日々に脳を鍛えておくことが大事だと知りました。今回は誰にでも簡単に出来てしかも、楽しく出来るメニューを分かりやすく、指導していただきました。トランプカードを使ったトレーニングは、簡単だけど、難しくもあり、楽しくもあり、しかも達成感があり、子どもから大人までみんなが楽しめるようなプログラムになっていました。また、手や足を使っての脳トレも丁寧に教えて頂きました。普段は手足自由に使っているようでいても、いつもと違う動きをする時は、自分の体なのに思うように動かせないなあと、びっくりしたり歯がゆかったり…。でもゆっくり、何回もやると出来るようになるかも!?

今回教えて頂いたメニューを家や通いの場でも、大いに楽しもうと思います。興味がある方は是非連絡下さい。やり方を説明致します。但し、私が忘れないうちに早めに連絡お願いします。



## ★本町地区定期健診のお知らせ★

9月16日（水）に本町地区コミュニティセンターにて定期健診が行われます。申込みをされた方は時間に余裕をもってお越しください。

ありがとうございました

○本町地区振興会へ香典返しをいただきました。ご冥福をお祈りいたします。

山本 幸一様（亡母 清美様）（横久保）

○本町地区振興会へふるさと応援寄附金をいただきました。地域のために大切にに使わせていただきます。 匿名希望の方 1名

【今後の行事予定】

9月 1日（火）地区振興会だより発行

6日（日）本町防災訓練

11日（金）本町地区振興会役員会

16日（水）本町地区定期健診

16日（水）ふれあい交流会代表者会議

