

# 本渡南地区振興会だより



◇振興会だよりはホームページでもご覧いただけます。  
ホームページは[本渡南地区振興会]で検索してください。

南風 281号  
発行 本渡南地区振興会 天草市港町13-5 TEL:22-4342

※本渡南地区コミセンHPはこちら→



## 第41回本渡南地区ソフトボール大会を開催しました

本渡南地区ソフトボール大会は7月10日に本渡南小学校のグラウンドで開催しました。今回の大会には南地区より6チームの参加がありました。当日は晴天となり熱中症も心配されましたが、さいわい風が強く吹き好天のなかでも過ごしやすい一日となりました。決勝は浄南と山の手との対戦となり、浄南チームが優勝されました。当日の大会運営にご協力頂いた体協役員、体育推進員スタッフの皆様、参加チームの皆様ありがとうございました。



やったー ホームラン



優勝の浄南チーム



← ファインプレー

## 「本渡南地区大運動会」開催にあたり、大会への「協賛金」提供や「地区振興券」取り扱って頂ける商店・事業所を募集します

今年度の「本渡南地区大運動会」を令和6年11月10日（日）に、本渡南地区振興会主催、主幹を本渡南体育協会により開催を計画しております。

今回も出場種目に自ら参加申込をして頂く大会といたします。現在、競技プログラムについては昨年度の内容を中心に検討中です。参加者には男女や年齢等に関係なく楽しめる種目を考えております。職場からの参加や家族、親子参加、個人など、多くの方に参加して頂ける大会を目指しています。

出場者には順位に関係なく、地区振興券等を賞品に差上げる予定です。大会最後に実施する「お楽しみ抽選会」では、賞品として地区振興券を中心に多くの品を予定しています。地区振興券は南地区商店等で消費して頂くことにより、わずかですが地区振興のお役に立てればと考えております。

つきましては南地区の各商店・企業様にはこれまで同様に寄付金の提供をお願いできれば大変ありがたく思います。また地区振興券(1枚額面200円)の取扱いにつきましてもお願いいたします。

※寄付金のご提供、地区振興券の取扱い了承のご連絡については

本渡南地区振興会（本渡南地区コミュニティセンター）までお願いいたします。

後日、関係書類を持参致します。

本渡南地区振興会 会長 亀子 研二  
本渡南体育協会 会長 里 一夫

### 【連絡・問合せ先】

天草市港町13-5  
本渡南地区コミュニティセンター  
電話 22-4342

## 男性の料理教室を開催しました



7月19日(金)、本渡南地区コミセン調理実習室で今年度の第1回「男性の料理教室」を開催しました。始めに食改の田中さんから、「はじめよう減塩」として、各種食品に含む塩分量など説明があり、1日の塩分摂取量は男性7.5g、女性6.5g、そして高血圧の人は6.0g未満とのことで、各種料理に隠れた食塩量を知り、バランスの取れた食事を心がけましょうとのお話をしてもらいました。その後、今回のメニューのレシピの説明を受け、参加者の皆さんは分担して調理されました。昼前には出来上がった料理を皆さんでおいしく食べました。最後にそれぞれ参加者一人一人が感想を述べられ、中には今夜家で作りたいたいの方もおられました。次回開催は12月の予定です。男性の皆様、食改の方に優しく指導して頂きますので気軽に参加ください。



## 親子ナイトドッジビー大会への参加チーム募集しています

標記大会を7月の振興会日よりお知らせし、参加をお願いしております。南地区の各地区児童のみなさん、是非ご参加ください。

- ・日 時 令和6年8月23日(金)  
午後7時開会式(終了後、試合開始)
- ・場 所 天草市民センター体育館
- ・参加資格 本渡南地区居住の児童及び保護者
- ・申込締切 8月9日(金)
- ・提出先 本渡南地区コミュニティセンター
- ・監督会議及び抽選会日時・場所  
8月20日(火) 午後7時30分～  
本渡南地区コミュニティセンター



← 昨年の大会の様子

### 悪質商法・詐欺にだまされない為に！

1. 予定にない訪問者は家に上げない！
2. 知らない人からの電話は相手にしない！
3. もうけ話は疑ってかかる！
4. うまい話には裏があるので近づかない！
5. 目的のはっきりしない勧誘は断る！
6. 通信販売は普段の買物より慎重に！
7. 覚えのないメールや怪しいサイトは開かない
8. 理解できないときはすぐ判断しない！
9. 子ども・高齢者は、家族・地域ぐるみで守る
10. だまされても泣き寝入りしない！

### 今年の集中豪雨による災害現場

7月14日から15日にかけてコミセンでは避難所が開設されました。今回の雨で山口地区の家屋裏で土砂崩れが発生しました。下は地元消防団によるシート張りの応急作業の様子。



### ～8月の本渡南大学のお知らせ～

- ・日 時 令和6年8月19日(月) 午前10時から
- ・場 所 本渡老人福祉センター
- ・内 容 健康講座  
「訪問看護」
- ・講 師 天草市高齢者支援課
- ・問合せ先 本渡地区公民館 TEL:27-7788

### 8月の行事予定

- 8/1 (木) 子ども料理教室
- 2 (金) 本渡南体育協会評議員会
- 19 (月) 本渡南老人大学
- 20 (火) 親子ナイトドッジビー大会監督会議
- 20 (火) 本渡南体育協会役員会
- 23 (金) 親子ナイトドッジビー大会
- 29 (木) 大運動会実行委員会