

北地区振興会

みんなでつろう！心豊かで活気あふれる“本渡北地区”



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

10月1日(日)「本渡北地区大運動会」を開催します！



北小学校吹奏楽部の皆さん



今年で 39 回目を迎える「本渡北地区大運動会」を、第 1 日曜日の 10 月 1 日に、北小学校グラウンドで開催します。今大会も、子どもからお年寄りまで、だれもが気軽に楽しく参加できる種目を計画しています。多くの皆様のご参加・ご声援をお願いします。

◆とき＝10月1日㊤午前8時30分～午後2時30分(予定)まで
※雨天中止

◆ところ＝北小学校グラウンド

※プログラムは、9月中旬頃、各世帯に配布します。

※駐車場については、北幼稚園とファミリーマートの駐車場をお借りし

ていますが、決められた場所以外には駐車されませんようお願い致します。

まったく参加したことがない人や、近隣の方と接する機会がない人などコミュニケーションのチャンスです。ぜひこの機会に参加してみませんか。



本泉区
ラムネ飲み大会

各地区の夏祭り・盆踊りの様子！



浜崎区
そうめん流し



広瀬区
スイカ割り大会

9月の行事予定

- 9月3日㊤ 天草市一斉避難訓練
- 7日㊤ ふれあい・いきいきサロン交流会
- 8日㊤ 北老連役員会
- 9日㊤ 小学生料理教室
- 13日㊤ 北区長会
- 24日㊤ コミュニティセンター清掃
- 25日㊤ 競技役員・監督会議
- 26日㊤ 老人大学(視察研修)
- 30日㊤ 北地区大運動会会場準備



「料理教室」の参加者募集！

【小学生料理教室】

- ◆対象＝北小学校の1～6年の児童(保護者は参加不可)
- ◆とき＝10月14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＝ギョウザ、中華スープ、中華サラダ
- ◆参加料＝無料
- ◆定員＝先着20人
- ◆持参品＝エプロン、ハンカチ、タッパー、水筒(お茶)
- ◆申込方法＝9月1日㊤から同29日㊤までに、電話で同センター ☎23-4734 へ

【健康料理教室】

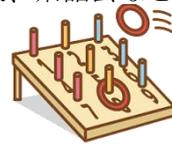


- おいしく、身体にやさしい食事の普及と生活習慣病の予防、適正体重の維持を目指して、食生活改善推進員による料理教室を開催します。
- ◆とき＝10月16日㊤午前10時～
- ◆ところ＝天草中央保健福祉センター
- ◆メニュー＝未定
- ◆参加料＝100円
- ◆定員＝20人(先着順)
- ◆申込方法＝10月12日㊤までに、電話で天草中央保健福祉センター ☎24-3737 へ

「ふれあい・いきいきサロン交流会」を開催！

北地区社会福祉協議会では、高齢者の皆さんの仲間づくりや健康づくりなどを目的に、楽しいゲームなどを通して高齢者同士の交流会を深めてもらう「ふれあい・いきいきサロン交流会」を開催します。参加料は無料。全員に参加賞があります。多くの方のご参加をお待ちしています。なお、参加する人は飲み物（お茶）と上履きを持参してください。

- ◎と き＝9月7日(土)午前10時から正午まで。
- ◎ところ＝北地区コミュニティセンター・講堂
- ◎内 容＝タオルパスリレーやビール缶タワー
健康体操、茶話会など。



青壮年スローピッチソフトボール大会

大矢崎が優勝！2位・山仁田

青壮年スローピッチソフトボール大会が8月27日、北小学校グラウンドで開催されました。この大会は、会員相互の親睦を深めることなどを目的に毎年実施しているものです。ここ数年雨天の為、中止が続きましたが、当日は天気にも恵まれ各区の青壮年会から5チームが参加。普段と違う緩いボールとあって参加した皆さんは笑いあり、チームプレーありといった和気あいあいとした雰囲気の中、楽しんでプレーしていました。結果は、優勝・大矢崎、2位・山仁田でした。試合終了後、同グラウンドの除草に汗を流していました。皆さん、お疲れ様でした。

ヒアリに注意！

特 長＝カラダは赤茶色、腹部に2つのこぶ、お尻に毒針

目 印＝大きなアリ塚

大きさ＝2.5mm～6.0mm



ヒアリにさされたら＝ヒアリであれば、刺された時に熱い！と感じるような激しい痛みがあります。アリに刺された旨を伝えて受診してください。ヒアリの毒への反応は、人によって大きく異なります。

日頃から防災対策に備えましょう！

“災害時に命を守る一人一人の防災対策”

地震や津波などの自然災害は、時として、想像を超える力で襲ってきます。しかし、日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることができます。防災対策で大切なことは、自分の身の安全を守るために一人一人が取り組む「自助」そのポイントを紹介します。

“一番大切なのは、一人一人が取り組む防災”

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要だと言われています。その中でも基本となるのは「自助」、一人一人が自分の身の安全を守ることで

政府広報オンラインより

- ・一番大切なのは、一人一人が取り組む防災
- ・家の中の安全対策をしておく
- ・地震が発生した時の身の守り方を知っておく
- ・津波警報・津波注意報がでたときは、ライフラインの停止や避難に備えておく
- ・安否情報の確認方法を家族で決めておく

