



海邦

発行
海邦町自治会
広報部
海邦2-12-38
電話：(098)
938-4950
Fax：989-5343
E-mail
Spua4689@
marble.ocn.ne.jp

令和二年二月末現在
自治会会員世帯数
(三百八十八世帯)
自治会へ加入しよう
アパート会員は、月額三百円



37運動で楽しく健康づくり!

転倒予防体操で健康長寿に!

日時：3月4日(水) 午後3時から午後4時
場所：海邦町自治公民館ホール
実施内容：転倒予防体操
講師：愛聖クリニック理学療法士2人



災害時助け合い登録をしましょう

自分自身と家族の命を守ることが最優先!
そして、隣近所で力を合わせて助け合うことが重要!!

災害時に、一人で避難することが困難な方(災害時要配慮者)と手助けできる方(災害時支援者)を、私たちは普段から知っていることが大切です。

※一人での避難が困難な方、手助けできる方は、是非登録をお願いします。
お隣近所に声掛けすることも立派な支援になります。
余裕のある時に手助けをする気軽な気持ちで登録をお願いします。
☆登録は、自治会事務所でっております。

詳細は、海邦町自治会まで。電話:098-938-4950



社交ダンス 始めませんか!?



「社交ダンスを踊りたい!」との声が海邦町内で出ています。私も踊りたいと思っている方、公民館まで連絡下さい。

今月の「地域ふれあいセミナー」

3月21日(土) 午後6時~ 公民館にて
講師：北原秋一先生
(放送大学講師、桜坂市民大学講師)
演題：儒学者「佐藤一斎」の知恵(その5)

※仕事と家庭に役立つ話を
分かりやすく解説します。

卓球台ありませんか~?!



今、卓球サークルが熱い!!
参加者が増えてフルサイズの卓球台、一台では間に合いません。どなたか卓球台提供できる方いませんか?
職場や自宅で処分に困っている方連絡をお願いします。

第九回役員会報告 二月五日(水) 於：公民館

報告

議事

- ④ その他
- ③ 大 声 大 会 ・ フ リ ー マ ー ケ ッ ト 実 施 報 告
- ② 新 春 餅 つ き & 防 災 紙 し ば い ・
- ① 地 域 包 括 支 援 セ ン タ ー か ら の 報 告

- ⑥
- ⑤
- ④
- ③
- ②
- ①

- ⑥ その他
- ⑤ 各 班 か ら の 要 望 等
- ④ 災 害 時 要 配 慮 者 ・ 避 難 支 援 協 力 員 に つ い て
- ③ 次 年 度 の 公 民 館 活 動 に つ い て
- ② お き な わ マ ラ ソ ン の 応 援 に つ い て
- ① 三 七 運 動 に つ い て

3月は決算月

3月は当会の決算月となっており、今年度最後の自治会費徴収を行っています。会員から「多忙な上に留守の家庭が多く、何度も訪問するので徴収当番が負担です」という声が多く上がり、他の自治会に習って、今年度より年度一括払いを推進しております。

3月中で徴収を行う為、徴収簿、印鑑持参してスタッフも手分けして行っておりますのでよろしくお願い致します。

おきなわマラソン海邦橋で応援!



2月16日(日)おきなわマラソンが行われ、海邦町自治会メンバーで応援しました。海邦町自治会では海邦橋に集合し、そろいのハッピーで太鼓をたたき、小嶺三線グループの唄、三線に合わせて応援をしました。マラソンランナーは笑顔で駆け抜けていきました。悪天候の中、ご協力くださいました皆様、ありがとうございました。



道路愛護会メンバー募集!!



海邦町自治公民館前から交差点までの道路を市の委託を受けて道路の植栽の手入れ清掃、草取りなどを行っています。
海邦町を花いっぱい町にするメンバーになって一緒に活動しませんか?
お問い合わせは自治会まで

☎098-938-4950

感染症対策 へのご協力を
お願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



何もせずに咳やくしゃみをする ×
咳やくしゃみを手でおさえる ×

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



マスクを着用する (口・鼻を覆う) ○
ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う ○
袖で口・鼻を覆う ○

正しいマスクの着用



- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare
厚労省 検索



「新型コロナに感染したかも」と思ったら → **感染が疑われる場合は、医療機関を受診する前に、まずは最寄りの保健所に電話連絡してください。**保健所は相談を受けて、疑わしい患者を診療体制の整った医療機関に確実につなぐよう、受診していただく医療機関を案内します。場合によっては、必要に応じて一般の医療機関を受診するよう案内することもあります。

中部保健所・・・098-938-9701

厚生労働省広報参照

<ul style="list-style-type: none"> ●生きデイ/第3・第4月曜午前10時～12時 ●卓球/毎週月曜午後7時30分～9時 ●ていーがんまらあー/毎週月曜午後2時～4時 ●太極拳/毎週火曜午後2時～4時 ●ウォーキング教室/毎週火曜午後7時半～9時 	<ul style="list-style-type: none"> ●まちカフェ/毎週水・金曜午後2時～4時 ●出前児童館/毎週水曜午後4時～6時 ●ズンバ/毎週水曜、第1除く午後7時半～9時 ●子育てサークルマンタ/月2回火曜午前10時～12時 ●放課後広場/月～金4時～5時 	<ul style="list-style-type: none"> ●フラダンス/毎週木曜午後7時半～9時 ●ロハス学修舎、健康体操/第2木曜午前10時～12時 第4木曜午後2時半～4時 ●三線教室/毎週金曜、第2を除く午後7時～9時 ●クラブマンタ/毎月第2金曜午後7時～9時 ●大人の集い/毎月第3土曜午後6時～8時
--	---	--

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	●ていーがんまらあー ●放課後広場 ●卓球サークル	●太極拳サークル ●放課後広場 ●ウォーキング教室	●まちカフェ ●出前児童館(キッズテホ) (おもしろい遊びがあるよ) ●放課後広場 ●役員会20時～	●放課後広場 (宿題をしよう!) ●フラダンス	●まちカフェ ●放課後広場 ●三線教室 (学生も大歓迎!)	
8	9	10	11	12	13	14
	●ていーがんまらあー ●放課後広場 ●卓球サークル	●子育て広場 (手作りおもちゃ) ●太極拳サークル (初心者も大歓迎!) ●放課後広場 ●ウォーキング教室	●まちカフェ ●出前児童館(キッズテホ) (おもしろい遊びがあるよ) ●放課後広場 ●ズンバフィットネス	●ロハス学修舎、 健康体操 (募集中!) (10:00～12:00) ●放課後広場 (宿題をしよう!) ●フラダンス	●まちカフェ ●放課後広場 ●クラブマンタ	
15	16	17	18	19	20	21
	●生きデイ ●ていーがんまらあー ●放課後広場 ●卓球サークル	●太極拳サークル ●放課後広場 ●ウォーキング教室	●まちカフェ ●放課後広場 ●出前児童館(キッズテホ) ●ズンバフィットネス	●放課後広場 ●フラダンス	春分の日	大人の集い 「地域ふれあいセミナー」 18:00～20:00
22	23	24	25	26	27	28
公民館使用 11:00～17:00	●生きデイ ●ていーがんまらあー ●放課後広場 ●卓球サークル	●子育て広場 (わらべ歌あそび) ●太極拳サークル ●放課後広場 ●ウォーキング教室	●まちカフェ ●放課後広場 ●出前児童館(キッズテホ) (おもしろい遊びがあるよ) ●ズンバフィットネス	●ロハス学修舎、 健康体操 (14:30～16:00) ●放課後広場 ●フラダンス	●まちカフェ ●放課後広場 ●三線教室 (まだまだ募集中!)	
29	30	31				
公民館使用 15:00～20:00	●ていーがんまらあー ●放課後広場 ●卓球サークル	●太極拳サークル ●放課後広場 ●ウォーキング教室				