

クローバー



門真五中校区地域会議
文化・スポーツ部会主催

グラウンドゴルフ交流会



令和5年 3月5日 (日)

四宮小学校グラウンドにて

午前9:00より **開会!**

※参加対象者：門真五中校区地域の住民

参加自由!
事前申し込み不要
初心者大歓迎!

マイクラブ・
マイボール持参歓迎!

- ・雨天中止 (小雨決行)
- ・参加賞あり
- ・正午ごろ終了予定



新型コロナウイルス感染防止のためマスク着用をお願いします。

熱・咳などの症状のある方は参加をご遠慮ください。



令和4年
9月24日

エコ・キャンドルナイト

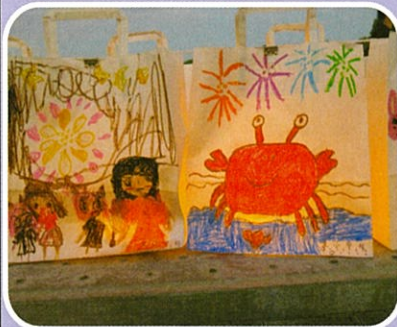
音楽とエコキャンドルナイトは地域でエコや環境について考えるきっかけとして、小学校児童や中学校生徒、団体などと協力して、ペットボトル、アルミ缶や廃材などを用いたキャンドルアートを展示し、今年で5回目になります。



馬場理事長は「お待たせしました。二年間の空白を経てようやくエコキャンドルナイトを開催させていただくことができました。昨日の台風の影響が心配でしたが、弁天池公園の森にキャンドルの「灯」が点灯いたしました。キャンドルナイトの開催です」と挨拶。

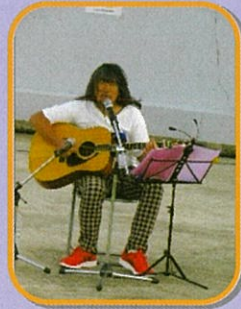
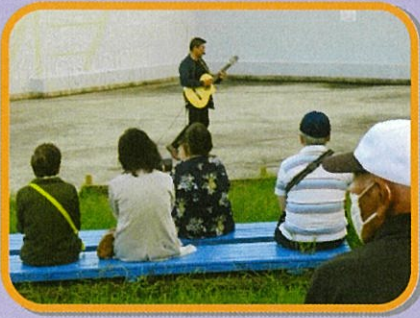
また来賓として参加の宮本市長は、「市民どうしの交流を図りながら初秋の夜を楽しんでいただきたい」と話されていました。

ご参加・ご協力ありがとうございました



「音楽とエコキャンドルナイト」ステージ開催

岡田光平さん オカダコウイチさん 道越裕海さんでステージを盛り上げていただきました。



自宅の防災備蓄に！意外と見落とししがちなアイテムと必需品

今回紹介するアイテムは汎用性のあるものばかりなので、色々な場面で役に立つはずですよ。アイテムごとに紹介していきます。



食品用ラップ

家にいつもあるものですが、買い置きを多めにしてください。

被災時にいつもと同じように料理して食べることが難しい状況で、洗い物を減らしたり、衛生的な環境を整えたりできるためとても便利です。グルグル巻きにして物を固定したり、ケガの応急処置や冬場の保温に応用することも可能。たくさんの用途で使えます。



ポリ袋と一言でいっても、かなりたくさんの種類があります。

- (1) 湯煎調理に使える食品用ポリ袋
- (2) 4.5リットルや7.0リットルの大きいポリ袋（ゴミをまとめるのにももちろん、切込みを入れれば簡易ポンチョになったり、水を入れてタンク代わりに）
- (3) 中身が見えないポリ袋（排泄物や使用済み生理用品などを処理するのに便利）



新聞紙 暖をとるのにも、簡易トイレにも使える。雑巾がわりにして掃除に使ったり、目隠しにもなります。災害用備蓄に残しておいてください。



その他 ガムテープ、油性マジック、はさみ、カッターなどは災害時に役立つので、まとめて備蓄しておきましょう。

最後に、忘れてはならないもの。それは

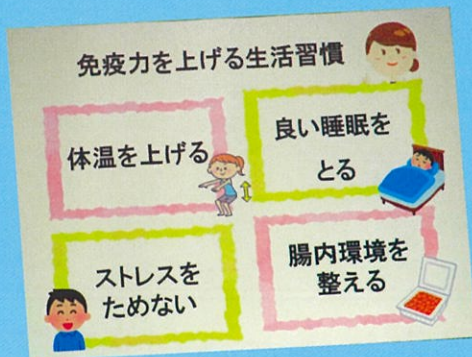
ガスコンロ、停電時の必需品です。冬は暖房にも役に立ちます。



健康セミナー」開催

健康・福祉部会

みんな いきいき「健康セミナー」が7月7日に下島町自治会館で「栄養と免疫」と題して、15名の参加者を集めて行われました。「免疫力を上げる生活習慣」について講師には千成ヤクルト販売(株)健康ライフパートナーが担当し、「食事はバランスよく食べて免疫力をアップして下さい。腸内環境が整っていると免疫細胞は本来の力を発揮します」と説明。



最後に「ウイルスに打ち勝つ強い体を手に入れよう!!」と話されていました。

続いて門真市第4包括支援センターの職員が、コロナ禍で運動不足がちな生活を解消させようと、体にチューブで付加をかけながらリズムに合わせて体を動かすと、次第に身体がほぐれて少し汗をかきながら、「元気もりもり」の体操が行われました。

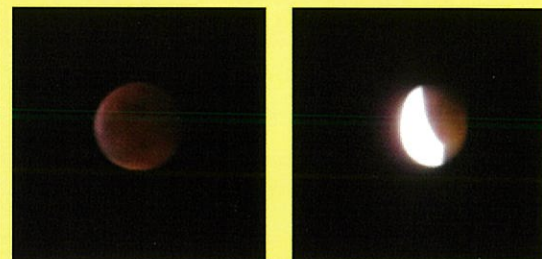
門真で見れた 天体ショー

「皆既月食」 11月8日

満月が地球の影に隠れる皆既月食と、月に天王星が隠れる天体ショーが午後7時16分ごろから見られました。

皆既月食は太陽と地球と月がほぼ一直線に並ぶ現象。月が赤銅色になるのは、地球の縁で屈折した太陽光のうち、赤い光が届くためだそうです。

しかし天王星は写真には映りませんが、今度はいつ見られるのか楽しみです。



「みんなで あうそぼう」 《子どもサロン》

12月22日 健康福祉部会

弁天池公園管理棟にある多目的室で開催された「みんなで遊ぼう inクリスマス」に門真市の保育士さんと、五人のお母さんと七人の子どもたちが来てくれました。



初めはお母さんから離れない子どもたちも歌や手遊び・ふれあい遊びをする間に、緊張がほぐれニコニコ顔になってきました。

最後に「ゆかいなサンタさん」が登場すると子どもたちは大興奮!!

最後にサンタさんから “大きなプレゼント” をもらった子どもたちは、お母さんから「良かったね」と話されると嬉しそうに微笑んでいました。



【編集後記】 時間のたつのは早いもので、もうすぐ新しい年度が始まります。今年こそ「明るく良い年であります様に」と願ったお正月も過ぎ、ワールド・ベースボール・クラシック(WBC)開幕まであとわずか。初春の「明るい話」になる事を願っています。

【問合せ先】 第五中学校区地域会議

T E L 072-380-6999

メー ル 5chuutiikikaigi@ares.eonet.ne.jp