

**保健体育部**



**心地よい汗が。。。**

**テニス交流会に20名の参加**

9月2日(土)午前9時から、昭石のテニスコートをお借りして「テニス交流会」を開催しました。

過去、インターハイ、国体などいろんな大会で活躍された方に指導をしていただき、基本からの練習をしました。

小学校2年生から高齢者を抽選でペアを組み、ダブルスで試合を楽しみました。

幅広い年齢層の中で地域の交流が生まれたものと思います。

曇一つない炎天下、全員汗まみれで楽しい時間を過ごしていただきました。



基本練習から試合中の一コマ



**福祉部**



**ふくしサロン**

**本町2丁目で開催 32名の参加**

9月5日(火)午前10時~12時、本町2丁目公民館で「ふくしサロン」を開催し、32名の参加がありました。

今年が初めての開催でしたが、たくさんの方に来館していただきました。

天候もよく、皆さんへの声かけも大きく、

誘い合って参加していただきました。

地域の強いつながりを感じました。

美味しいコーヒーや抹茶をご馳走になり、団子を頬張り、おしゃべりを楽しみながら賑やかに談笑し楽しい時間を過ごしていただきました。



話に花が咲き  
 楽しいひと時でした



**10 ~ 11月 行事予定表**

日 曜	10月 行事内容	日 曜	11月 行事内容
2月	福 高齢者お楽しみ会	3火	全 社協のページ 11月号発行
5木	全 社協のページ 10月号発行	11土	館 三浜文化会館1周年記念行事
8日	保 四日市市民スポーツフェスタ	12日	館 三浜文化会館1周年記念行事
13金	館 まち歩きツアー(児童)	13月	福 ふくしサロン 御園町1丁目
14土	人/文 お月見フェスタ	16木	福/生 健康講座
21土	保 連合自治会長杯GG大会	21火	文 史跡巡り
26木	福 ふくしサロン(磯津町)	22水	福 車椅子体験
29日	全 地区文化祭	25土	保 13回ふれあいGG大会
		28火	福 ふくしサロン 本町1.3丁目

福祉部



大池町公会所で開催

# ふくしサロン



ハイ！こちら見て！談笑中の皆さん

9月21日(木)午前9時から、大池町公会所「ふくしサロン」を開催しました。  
 お天気もよく、風通しのよい部屋で、15名が笑い、和気あいあいと時間が過ぎるのを忘れるくらい話が弾み、楽しく過ごすことができました。  
 「ここまで来てくれるのは、うれしいな」と言われた男性の一言で、スタッフは顔を見合わせうなずきながらニコリ。お疲れさまでした。

福祉部



# ふくしサロン

七つ屋公会所で開催 44名の参加

9月25日(月)午前10時から七つ屋公会所、七つ屋町、高旭町のみなさんへ声かけをして「ふくしサロン」を開催しました。

秋晴れに恵まれ、44名の多くの方に参加していただき、お茶とお菓子とお話と、あちこちのテーブルで楽しい時間を過ごしていただきました。  
 小学校が代休だったのに、子どもさんの参加が少なく残念でした。  
 スタッフの皆さんお疲れさまでした。



賑やかにお茶をしながらお喋りを楽しむ

生活環境部



# 自分で自分の命を守り、生き抜くこと

環境講座(防災について)に50名の参加



保存食の試食をする皆さん

9月22日(金)午前10時から市民センター2階ホールで「防災について」環境講座を開催しました。

講師に防災士・寺本恭子さんを招き、災害時の問題や、古新聞でスリッパ作り、非常用備品で何があると便利か、今あるもので代用できるものがあるかなど、体験しながらお話を聞きました。

参加者は50名でした。

保存食としてわかめご飯・山菜おこわ・エビピラフ・おこげ・パン・お餅を作り試食。

- 感想として・缶詰の開け方が問題  
 ・山菜おこわの水分は多めに  
 ・作り方の字が読みにくい  
 ・全般的に美味しかった  
 ・湯で作るのと、水から作った時の差

などの意見が出ました。

災害時に大切なことは、自分で自分の命を守り、生き抜くことが絶対条件との話があり、教訓として覚えておきたいと思いました。



講座の一場面