



渡公民館便り



寄せ植え講座

クリスマス用の寄せ植えを 作ってみませんか？

基本である土づくりから教えていただき、数種の植物の中から自由に組み合わせて自分だけの一鉢をつくっていきます。(材料はこちらで準備します)ぜひ、参加してください。



日にち：11月27日(金)
時間：午前10時～11時30分
場所：渡公民館 集会室
材料費：3千円程度(鉢・土・植物5ポットくらい)
講師：「園芸センター エド」江戸 賢司さん
持ってくるもの：手袋・エプロン
募集定員：20名〔締め切り 11月19日(木)〕
※定員になり次第、締め切りとさせていただきます。
申し込み：渡公民館 (TEL45-0903)

「秋祭り子供みこし」中止のご案内

今年の日御崎神社の例大祭(秋祭り)は11月14日(土)・15日(日)に斎行されます。

子供みこしは15日(日)に予定しておりましたが新型コロナウイルスの感染防止の観点から本年度は中止することになりました。

消防通報訓練を行いました

今回はコロナ感染予防の為、10月8日(木)9:40～集会室にて少人数で行いました。

テーマは『もし火事の時や、救急車を呼ぶために消防署に電話した場合、どのような会話が行われるのか？また、どのように対応すればよいのか？』

実際のところ、この疑問はその時にならないと解からないし、電話を使用した通報訓練では、通報者のみにしか聞こえません。そのため皆さんにやり取りの内容を知っていただくため、境港消防署員と参加者代表の方が、その場で声を出して通報のやり取りの様子を見せるという、新しい試みを行いました。

イザという時に慌てないために、どのようなやり取りが行われるのかを知ることは大切です。もっと多くの方に知って頂きたいと感じました。



【渡公民館からのお知らせ】

公民館内写真展(第2弾)

「渡の学校物語」を開催します

写真展第1弾の「渡みなと物語」に引き続き、公民館に保存してある写真の中で、今回は昔の「渡小学校」と懐かしの「渡中学校」に関係した写真を、11月16日(月)から展示したいと思います。公民館1階ロビー及び集会室に展示を予定しておりますので、是非お立ち寄りください。



—境港警察署からのお知らせ—

子どもの性被害防止のために

近年、スマートフォンなどでSNSを利用したことをきっかけに、児童ポルノや児童買春などの性被害に遭う子どもが増えています。なかでも、相手に脅されたり、騙されたりして、自分の裸体を撮影し、その画像を相手に送ってしまう「自撮り」被害が増えています。

これらの性被害から子どもを守るために、保護者の皆様は次のような「ペアレンタルコントロール」の実践をお願いします。

- 子どもが利用するスマートフォンなどの機器に「フィルタリング」を設定して、有害情報の閲覧や視聴を防止しましょう。
- 保護者が同意したアプリやソフトに限り利用できるような機能制限を行いましょう。
- 子どもとよく話し合っ利用時間や場所などのルールを決めましょう。

「境港市民図書館 渡分館」を 公民館内に開設しています!!

★地域の皆様、是非お立ち寄りください。

- ◇館内ではご自由にご覧ください。
- ◇貸し出し方法については公民館職員にお尋ねください。

※毎月第一月曜日は、渡小学校の「あいさつの日」です。
※毎月10日は、第三中学校の「防犯の日」です。

～11月の防犯パトロール予定～

10・17・24(火曜日)

午後6時30分～

自転車で渡公民館集合です!

◎雨天(小雨時)は中止します。

※青少年育成境港市民会議渡地区部会



公民館講座や行事などで撮影した写真を、公民館便りやホームページに掲載させていただくことがあります。あらかじめご了承ください。

健康まつり

とき：11月24日(火)～12月11日(金)

午前9時～午後4時30分(土、日は除く)

ところ：保健相談センター

展示

1 各公民館の活動 2 健康づくり情報 3 応募作品の展示(川柳と朝ごはんレシピ) など

体験

健康チャレンジとして、(1)～(6)に取り組み、健康推進課へ応募する。

- (1) 健康クイズにチャレンジする。(クイズは、健康まつりのちらしにあります)
- (2) 期間中、1日8,000歩以上歩いて万歩計に記録する。
- (3) 夕日ヶ丘ウォーキングコースを歩いて、その場で写真を撮る。
- (4) 白砂青松の弓ヶ浜サイクリングロードを自転車で走るか歩いて、その場で写真を撮る。
- (5) 普段飲んでいる汁物を塩分測定して記録するか、健康推進課で測定する。
- (6) 各種健康診査・がん検診を1つでも受けた、あるいは予約する。



健康相談(要予約) ※11月9日(月)～予約開始します

保健師、助産師、管理栄養士が相談に応じます。

オンライン講座(要予約) ※11月9日(月)～予約開始します

[とき] 12月5日(土) [場所] 商工会議所 [定員] 各50名

[講師] 大塚製薬(株) 熱中症予防指導員、健康経営アドバイザー

[内容] (1) 14:00～14:40 中高生のスポーツ時における体調管理

(2) 15:00～15:40 ますますイキイキ元気をめざしたカラダづくり～免疫力を高める健康習慣



◆◆ 次の事項を実施された全員へ、記念品をお渡しします ◆◆

(お一人様一回限り)

○川柳、朝ごはんレシピへの応募

○健康チャレンジ

○健康相談

○オンライン講座への参加

さらに、その中から抽選で10名へユミナ24(夕日ヶ丘のフィットネス&スタジオ)の無料体験チケットをプレゼントします。※記念品は、ご本人が健康推進課へ取りにお越しください。

[お問い合わせ先]

市役所健康推進課 ☎47-1041、1043



渡地区社会福祉協議会だより

第12回渡地区ふれあいグラウンドゴルフ大会

10月2日(金)渡小学校校庭で行いました。秋晴れの中、今回よりコミュニティースクールの一環として、6年生と地域の方との交流を深めることも目的にしました。暑い中65歳以上23人、60歳以下4人、6年生45人の計72人の参加があり、ふれあいのひと時を大変楽しく過ごしました。ホールインワンが6年生2名を含め5人出ました。

グラウンドゴルフは決して高齢者だけのスポーツではありません。運動が苦手な方にとってもゆったりとしたスポーツで十分楽しめます。来年は65歳未満の部にもっと多くの方が参加して下さると喜びます。



大会の様子



3位までに入賞された方々

【上位3位までの成績は以下のとおりです。(敬称略)】

65歳以上の部

1位 森脇 健
2位 門脇 哲也
3位 中島 励二

65歳未満の部

1位 植田 伸一
2位 牧野 美和
3位 高梨 典子

小学6年生の部

1位 渡邊 舞桜
2位 松本 侑大
3位 南家 颯吾