くらなが三協だより

平成5年3月1日発行
編集委員会
・倉永校区まち協
・倉永校区民児協
・倉永校区社協

倉永まち協

令和４年度の倉永校区まちづくり協議会で行われた活動と計画予定の事業を記載します。

ため池点検パトロール

倉永校区防犯組合（組合長：泉英明）では、４年振りにため池点検を、令和４年６月４日に各公民館や小学校学校関係者(校長・教頭）で、倉永校区に有る１４ヶ所のため池の点検を行いなした。



元村３ヶ所、新道２ヶ所、市場山下２ヶ所、荒田比２ヶ所、隈２ヶ所、下亀崎、内山１ヶ所以上の１４ヶ所を巡回し、点検の際には遊泳禁止の立て看板の整備、草刈り等を行い子供たちの水難防止を図りました。

献血運動

９月２６日の午前午後に分けてグッテイ倉永店駐車場にて、大牟田市愛の献金推進協議会の主催で献血か行われました。

今回の献血にご協力していただいた人数は４８人でした。

福岡県では、一日当たり約６００人の献血が必要とされていなす。血液は人工的には作れませんし保存期間も短いため、継続的な取り組みが必要です。

受付から採血後の休憩までの約４０分で大切な命を救うことが出来ます。毎年この時期にグッテイ倉永店を献血会場にして行われています。

皆様のご協力よろしくお願いします。

第2回公民館対抗 グランドゴルフ大会

第２回公民館対抗グランドゴルフ大会が倉永小学校運動場で１１月２０日に開催しました。

今回は、ソフトバレーの予定が新型コロナの影響で室内での開催が出来なかったことから、グランドゴルフに変更になりました。



始まってみれば、一打一打に歓声が上がり、楽しくプレーされ親睦を深められました。
成績は以下の通りです。
団体優勝：荒田比公民館
準優勝位：内山公民館
三位：上中村公民館、元村公民館

出前ガン検診

令和４年10月２日（土）、明光学園にて「出前がん検診」が行われました。

検診者数は１４６名が受診され、昨年が１３２名でしたので１４名の増となりました。



●集団健康診査から健診結果説明会（特定保健指導）までの取り組みで総勢146名の方が受診されました。そのうち特定健診や後期高齢者健診等を受けていただいた方は61名でした。

国保の特定健診と特定保健指導は、メタボリックシンドローム（以下メタボ）に着目した健診と生活習慣改善のための指導がセットで行われるものです。

また、今回倉永校区初の試みとして、健診結果説明会を、10月29日（土）、明光学園にて行いました。

これは、特定健診を受診された方に、健康診査の目的と健診結果の見方、生活習慣の改善の取り組み等について説明するもので28名の方が参加され、内、12名の方へ個別相談も実施しました。



今回メタボに該当されている方は４名、病気の重症化が見込まれる方２名、検査結果の値が毎年上がっている方、健診結果が気になる方に対して保健指導を実施させていただきました。

倉永社協

倉永社協では「**健康は最大の福祉**」を合言葉に、健康づくりに力を入れています。

「**食べる（食）**」、「**うごく（運動）**」、「**こころ（社会参加・気）**」の**三原則の基本**とした取り組みです。

健康相談会

倉永校区では、初めての試みとして健康相談会を開催しました。

健康相談の手順は

① 食生活アンケート調査（持参した味噌汁の塩分測定）。

② 血圧測定、血管年齢測定。

③ ①と②を参考に食改善と健康相談。

④ 大人一人分の野菜摂取量350ｇ体験測定。

⑤ アンケートの順で行われました。







アンケート調査

相談会



血圧・血管年齢測定

野菜350ｇ体験

参加者は思ったほど多くなくて（２０名の参加）残念でしたが、来年度も開催したいと思っておりますので、大勢の参加をお待ちしています。

スロージョギング

１２月４日、倉永小学校の運動場において、スロージョギング協会認定講師を招いてスロージョギングの実演を２０名の参加者と一緒に行われました。

講師の説明は分かりやすく楽しく時間が過ぎた感があります。

スロージョギングは相手と話ししながら運動が出来、歩くでなくジョギングするでもなく、スロージョギングです。



高齢者には大変有効な運動かと思いますし、２０分間続けると身体は適度にポカポカになりなす。

運動は大事です。



７５歳以上の方達でも、会話しながらジョギング出来て、それ程きつくなくてマイペースで出来る運動でとてもいいと言う声がでていました。

歯に噛み口腔教室

倉永コミュニテセンターで、口腔機能向上のための歯に噛み口腔教室を８名の参加者で行われなした。

講師の歯科衛生士の井上さんより、健康は「歯」から始まると述べられ「歯ッ卜」したところでした。

歯磨きはできれば食後に三回行なうこと、食事のさいは咀嚼しる事の大切さを説かれ、咀嚼の障害となる因子は歯の治療に専念する事、その後はアフターケアーも怠らないようにすることを言われました。





歯の丈夫な人は良く噛み咀嚼力を高め胃腸が元気になり、運動能力もアップします。

健康は口からを合い言葉の口腔機能の向上に努めたいです。

料理教室

１２月１８日、倉永小学校家庭科室で行われました。

最初に栄養管理士の市の職員から、塩分摂取量が身体におよぼす影響と習慣病の食生活の基本を座学で受けて、次に減塩食の料理実習が行われました。



参加人数は１１名に食改善委員２名の応援をかりて楽しく調理が出来ました。



塩分のアンケート調査も行われ、自分自身も塩分摂取状態がわかります。



倉永サロン会議

９月２８日、倉永コミュニティセンターで１１時から倉永社協情報交換会を開催しました。

今回、コロナの影響により３年振りの開催となりました。内容としてはサロンの活動状況をお聞きし他のサロン活動の参考になればとの趣旨で開催したところです。

全体的にはコロナ禍の影響



で開催回数については減って入るものの感染状況を勘案して実施しているサロンが多く、休会状態にあるサロンは３ヶ所に留まっている状況にありました。

サロン活動は様々であり趣味の集いや健康体操、談話（お茶や食事付）等の様々な活動が行われています。

大牟田市の健康づくり課からも出席をして頂き、健康づくりの観点から健康講座の案内や様々な健康づくりに関する情報交換や相談を受ける体制で臨むとする趣旨が述べられた。



ちなみに倉永校区のサロンが１６ヶ所あります。倉永校区で新規にサロンを作りたいという方は倉永社協（倉永コミセン）までお知らせ下さい。

倉永小倉永史跡巡り

９月１６日、倉永小学校五年生を対象に倉永校区の史跡巡りを行いました。

順路は倉永小学校を出発点に中々村→下中村→市場東→隈→下亀崎→内山→下方→倉永小学校に帰ってくるコースです。



地域間の交流や歩く事の少なくなった現在は、歴史ある史跡の存在すら知らない住民が大多数となっている現在において、将来を担う子供達に郷土の歴史を学ぶことはとても重要と考えています。





この様な観点から、継続して行われている史跡めぐりは郷土愛を育む上から意義のあることであり、逆に子供から大人に伝えることもあり得ることで、家族の会話の一つになればという意味でも良い試みだと感じられます。

倉永小門松づくり

１２月１６日、倉永小学校４年生と地域ボランティアと一緒に門松作りを行いました。

最初に子ども達が事前に調べた門松の由来を発表してくれました。



発表は門松に使われる竹、松、笹、南天、梅等か使われる理由を調べて図にして分かりやすく発表されました。

作業では、竹を斜めに鋸



で切るのに悪戦苦闘した結果に自己満足。その次に飾りつけと、ワイワイガヤガヤと言いながらも仕上がり上場でした。







倉永民児協

倉永校区の民生委員・児童委員及び主任児童委員が令和４年１１月の任期満了に伴い、同年１２月に新任（再選含む）の民生児童委員及び主任児童委員は厚生労働大臣から委嘱受けている皆さんの身近な相談相手です。

民生委員・児童委員は、担当地域の子育て支援を行っています。

主任児童委員は、校区全体の子育て支援を行っています。

倉永校区の民生委員・児童委員と主任児童委員は、**「さえあい　地域の誰もが　しあわせに」、「誰でもが安心して暮らし続けられることのできるまち」**を目指して活動しています。

各担当の地域地区で民生委員活動をして頂きますが、皆様のご協力をお願いします。

各民生委員の方達の担当地域は次の通りです。

○（再）蓮尾　恵美子
（上・中・下中村、野添）
（新）堀　澄子
（元村東）
（新）永田　文子
（元村西）
（新）向板　啓子
（新道）
（再）白石　麗子
（新道）
（再）徳永　美紀
（内山）
（再）中川原　香代子
（上・下方）
（新）永江　正行
（隈・下亀崎）
（新）杉野　祐子
（市場山下・荒田北・鷺山）

○印は会長

主任児童委員
（新）ビューキャノン　藍
（再）原田　玲子

倉永安心ネット

倉永安心ネットからのお知らせ

倉永安心ネットでは、３月１２日（日）午前中の防災訓練を計画しています。

避難訓練内容（案）としては

・ハザードマップ活用しての避難経路確認
・避難所：倉永小学校体育館
・避難者受付時に発熱者の動線区別
　防災危機管理室作成図参照
・受付時に避難所運営を担う方の選別と支援依頼
・妊婦・幼児・要介護者の専用避難場所への案内
・車中泊避難者等への対応
・ペット同伴者への対応
・災害時要支援者名簿で、高齢者の逃げ遅れ防止対策打合せ

①段ボールベット及びプライベートテント組立訓練
②支援が必要な人に個別避難計画
③大牟田市発行の防災ハザードマップ・防災ガイドブックの活用
④防災危機管理室の講話
⑤その他

お知らせ･3月予定

新任福祉委員の紹介

大牟田市社会福祉協議会から倉永校区（地区担当割）の新任福祉委員４名に委嘱状が交付されました。

皆様のご協力を宜しくお願いします。

新任４名の福祉員のご紹介

原口　米蔵　（新道）
原口　美幸　（立野）
道上　素子　（下方）
中島　一幸　（市場東）
古賀　勝彦　（下亀崎）

３月の事業計画

【図上訓練の開催】

３月中旬に防災図上訓練を元村地区で開催します。



元村地区は大牟田市の洪水弱点箇所１０ヶ所のうちの１ヶ所です。豪雨なると慢性的に洪水が発生する地帯となっています。

【倉永ウオーキングの開催】

倉永ウオーキング史跡巡りを３月下旬に計画しています。

気温も高くなりウオーキングを兼ねた史跡巡り、地域の史跡を通して歴史を学ぶ。



【歯に噛み口腔教室】

健康は口腔ケアーからとも言われています。よく噛んで美味しく食べられる普通にの事が大切です。３月中旬頃に開催予定です。



「三協だより」問合わ先

○倉永校区まちづくり協議会
☎090-9793-5619（井形　陽一）
☎090-3191-4268（泉　英明）
○倉永校区民生児童委員協議会
☎09445-58-5556（蓮尾恵美子）
○倉永校区社会福祉協議会
☎090-1346-5875（徳永　春男）

編集責任者：徳永　春男

【編集後記】身近な地域行事の情報提供をお願いします。