

みなみのひろば

MINAMI no HIROBA

<発行>

南地区コミュニティ・南公民館

連絡先 36-7341

R4.4.20号 第460号

【令和4年度を迎えて】～南公民館～

桜の便りとともに、新しい年度の始まりを迎えました。
新年度も、引き続き南地区コミュニティ及び南公民館の各種事業への御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

なお、4月の定期人事異動に伴い、南公民館職員にも一部変更があり、新体制でのスタートとなりました。令和4年度もよろしくお願いいたします。



≪令和4年度南公民館職員≫

☆印は新任職員です。

館長	高橋 力	施設管理指導員（夜間）	村松 紀雄
活動振興係長	☆小出 晶子	施設管理指導員（夜間）	高澤 勇
社会教育指導員	君島 みゆき	施設管理指導員（夜間）	村田 ハツヨ
用務員	石川 祐子	施設管理指導員（昼間）	中野 晴美
地域支え合い推進員	熊谷 由紀子	施設管理指導員（昼間）	名取 のり子

今回の異動で、薄井隆活動振興係長が大山公民館へ転出することとなりました。2年間という期間ではありましたが、地域の皆さんと交流することができたものと思います。この経験を新天地でも十分に生かして、大いに活躍してほしいと思います。

◇新任のごあいさつ

4月から南公民館に配属されました小出晶子です。

3月まで西那須野公民館に勤務していました。南地区は初めてですが、桜の花の下をくぐって通勤すると、たくさんの方がグランドゴルフに集まっています、活力ある様子に驚いています。元気な皆さんのパワーをもらって“いい仕事”ができるようにしていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

グランドゴルフを始めませんか?!

「南地区グランドゴルフ愛好会」は週に3日、南公民館のグラウンドでグランドゴルフを楽しんでいます。「南地区グランドゴルフ愛好会」は36年の歴史があり、60代から80代まで42人の会員が登録されています。

グランドゴルフは、コースを一緒に数名で回る個人競技で、プレーを楽しみながら無意識のうちかなりの歩数を歩くことで自然に運動ができます。

2ラウンド中の平均エネルギー消費量は232Kcal程度でウォーキング約1時間のエネルギー消費量に相当します。

シニア世代にとっては転倒予防も大切なことですので、プレー中に芝や土の上を歩くことで腰や膝への負担も少なく、足腰を鍛えることができます。

また、仲間とのコミュニケーションをとりながらプレーすることで認知機能の低下を防ぐトレーニングになるといわれています。無理することなく楽しみながら運動できるグランドゴルフはオススメの健康スポーツです。

まずは体験してみて、楽しかったら正式に入会してみたいはいかがですか？

◆毎週月曜、水曜、金曜の午前9時から11時30分（南公民館グラウンド）

◆年会費 2,000円

興味のある方は下記までお問い合わせください。

◇ 南地区グランドゴルフ愛好会代表 若目田 健 電話 090-1840-6264

または 南公民館 電話 0287-36-7341



～参加者募集のお知らせ～

南地区コミュニティ体育文化部主催 **ハイキング**
体力づくりと心身のリフレッシュのためにも参加してみませんか



*日時 6月12日(日) 南公民館出発 8:00
南公民館到着予定 16:30(小雨決行)

*行先 日光方面(千手ヶ浜周辺)予定
日光千手ヶ浜のクリンソウを見に行く予定です。千手ヶ浜は中禅寺湖の西の端にある南北2キロにわたる浜で、周辺には樹齢200年以上のミズナラやハルニシなどの林があり、日光開山の祖である勝道上人が千手観音堂を建てたとされる場所です。一般車の乗り入れはできず、徒歩で行くか低公害バスを利用します。

*募集人数 15名(先着順)
対象は小学生以上としますが、児童・生徒が参加する場合は必ず保護者も同伴のこと。

*参加費 500円 ※低公害バス代等としてハイキング当日に徴収します。
*申込み 4月27日(水)9:00から受付開始。南公民館に直接電話でお申し込み下さい。電話36-7341【5月17日(火)〆切り】
※南地区コミュニティに加入されている方に限ります。
※定員になり次第受付を終了します。



【その他】

- ・昼食・飲み物は各自で準備をお願いします。
- ・ルートなどの詳細は後日参加者へお知らせします。
- ・新型コロナの感染状況によっては事業を中止する場合があります。
- ・発熱、体調不良等の方の参加はお断りします。
- ・移動中のバス内ではマスク着用、換気など新型コロナ感染対策にご協力ください。



消防訓練を実施しました

去る3月25日(金)、小学校の春休みを利用して避難訓練を実施しました。今回は公民館職員や児童クラブ職員、児童が参加して、消防署よりお借りした訓練用の水消火器を使って消火訓練を行いました。

消火器は普段目にすることはあっても実際に使うことはなかなかないので、この機会に誤作動防止の安全ピンを抜いて使うことや1本の消火器で何秒くらい消火できるのかなどを学びました。

火災は起こさないことが一番ですが、万が一の非常事態に備えてこのような訓練を定期的に行っていきたいと思えます。



もったいないBOXはじめました



3月から南公民館ロビーにもったいないBOX(フードバンク)が設置されました。

ご自宅などで食べきれずに余っている食品を必要な方におすそ分けしませんか?

常温保存できる未開封のもの。最低でも1か月程度の賞味期限が残っているもの。

(例:米、乾麺、缶詰、カップ麺、お菓子類、レトルト食品、各種調味料、飲料等)

【お問い合わせ】

○那須塩原市社会福祉協議会

担当:石川 電話0287-37-5122

○南公民館内

担当:熊谷 電話0287-47-5251