

3 行政 区 行 事		
行政 区	日 時	内 容 ・ 場 所
折地作出	5日(日) 8:00~	お宮・公民館清掃 東隣組当番
	12日(日) 8:00~	空き缶・空き瓶拾い 小学校正門前 行政、農政、老人会役員 子ども会
	26日(日) 10:30~	行政区総会 公民館
古 島	12日(日) 8:30~	環境保全共同作業 公民館集合
	19日(日) 7:30~	資源ごみ分別指導(市かんきょう課) 中央集積場
	19日(日) 8:30~	農村公園清掃 南組・西組 農村公園
	21日(火) 11:00~	老松神社総ごもり 老松神社
	26日(日) 8:00~	公民館清掃 公民館 東組
	26日(日) 11:00~	定期総会(農政・行政・保全・老松) 公民館
井 上	5日(日) 8:00~	環境保全作業 全戸砂利広げ
	19日(日) 8:00~	空き缶拾い 行政区・子ども会
	26日(日) 9:00~	行政区総会 公民館
井 田 上	8日(水) 9:30~	さんかく塾 公民館
	12日(日) 8:00~	公民館清掃 1班 公民館
	19日(日) 9:30~	定期総会 公民館
	22日(水) 9:30~	さんかく塾 公民館
井 田 下	3日(金) 19:30~	集落座談会
	7日(火) 13:30~	さんかく塾 公民館
	12日(日) 8:00~	環境美化作業 公民館
	19日(日) 8:00~	資源ゴミ分別収集
	20日(月) 10:00~	納骨堂慰霊祭 公民館
	21日(火) 13:30~	さんかく塾 公民館
26日(日) 10:00~	行政区総会 公民館	
島 田	5日(日) 8:00~	公民館清掃 当番4班
	19日(日) 15:00~	行政決算役員会
	26日(日) 9:00~	平成28年度行政総会 公民館

### 事務局からのお知らせ

住所 〒833-0035 筑後市古島195-1  
 電話/FAX 0942-53-7656  
 メールアドレス kojimacom1@space.ocn.ne.jp

この日は、事務所はお休みです

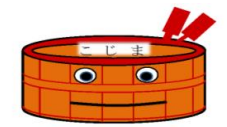
3 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

**つばやき** 今現役で一生懸命働いて得られる幸せにはその期間の長さだけではなくて、生活の質の善し悪しも大きくかわると思う。家族で楽しく汗を流して、おいしいものを満喫する。

「健康寿命」よくきく言葉ですが、年を重ねるうちにこの先自立して生活していくとが、家族の安心や喜びにつながり、より豊かな人生をおくれたらと願う。(S T)

## 古島校区コミュニティ協議会

# 広 報



# はんぎり 71号

~いきいきと住みよい社会にするために、  
 共に支えあい自主活動する協働のまちづくり~

平成29年 3月 1日発行



### 筑後市健康福祉祭・校区対抗「のど自慢大会」

~ 古島校区が3位に入賞 ~

1月28日、福祉センターで行われた市老連主催ののど自慢大会(12チーム参加)で、古島校区を代表して参加した島田チームが団体の部で3位に入賞しました。

代表者及び曲目は江崎宗也さん「対馬海峡」、大石新吉さん「ねぶた男肌」、平井ミチヨさん「あばれ玄海」で会場から大きな拍手を受けられました。また、大石さんは個人の部でも優秀賞に輝かれました。



《 校区老人会ペタンク大会・健康講座 》

2月15日(水)10時から井田下公民館にて行われ、16チーム(行政区長会2チーム・公民館チーム2チーム・福祉会2チーム・老人会10チーム)が参加されました。当日は、お天気が良くて風もなく、ペタンクを楽しみました。優勝は島田行政区Aチーム、2位は2チームが同点だった為、代表者のじゃんけんで決定。2位は区長会A、3位は折地Bでした。



午後からは、健康講座が行われました。今回は、筑後市立病院より管理栄養士の鈴木光世先生がお見えになり、「食と健康 楽しく食べて元気で長生き」という題でお話がありました。色々な症状を引起こしてしまう「低栄養」を予防するために、高齢者の方に摂取してほしい栄養や食品を紹介や咀嚼の大切さについて話をされました。



～ 老化を遅らせる食事アドバイス ～

1. 3食をバランスよく摂り、欠食は絶対禁止。
2. 油脂類の摂取が不足しないように注意。
3. 動物性タンパク質を十分に摂取。
4. 牛乳を毎日200ml以上飲む。
5. 野菜は、緑黄色野菜、根菜類など豊富な種類を毎日食べる。
6. 食欲がないときは、おかずを先に食べる。
7. 水分はこまめに摂る。
8. 酢・香辛料・香り野菜を十分に取り入れる。
9. 会食の機会を豊富につくる。
10. 噛む力を維持するため、歯科検診も定期的に。

(健康講座の資料より抜粋)



「ふるさと古島校区ウォークラリー ～古島でGO～」中止のお詫び  
2月5日(日)に企画しておりましたウォークラリーですが、当日たくさんの方に参加申し込みをさせて頂いておりましたが、雨天のためやむなく中止をいたしました。申込をされていた方や準備をさせて頂いていた担当行政区の方々には、大変ご迷惑をおかけいたしました。次回5月上旬ごろに計画をしておりますので、ぜひご参加ください。

古島校コミュニティ協議会 活動状況

《 校区まちづくり懇談会 》

平成29年1月27日(金)19時30分から島田公民館にて行われました。市から出席されたのは筑後市長、副市長、教育長、総務部長、地域支援課長などが出席し、古島校区からはコミュニティ協議会役員、公民館長代表、校区老人会会長、民生員及び児童委員環境美化巡視員代表、PTA会長、校区子ども会理事などが出席しました。

懇談会では、地域と市が今後の地域自治の在り方について話し合いを行いました。



～ 2月の役員会 ～

《 議題 》

1. 総会について
2. コミュニティバス(バス停)



《 井田上行政区 デイサービス 》

2月8日(水)に公民館で行われました。今回は、馬間田駐在所の米村友宏さんより「オレオレ詐欺とDV」について講話をしていただきました。その後は、利用者の方、ボランティアで昼食会をしました。ボランティアの方々の手作りで、持ち寄りの料理がならびました。利用者の方も、ボランティアの方も毎回楽しみしています。

講話の様子



楽しい昼食会

