

美浜区自治会だより

令和4年度3号 発行日：2022年7月4日 発行：美浜区自治会 発行責任者：岡村 悦子

◇ 学び・語り・楽しく集えるコミュニティ施設を目指す美浜区自治会 ◇



夏空に映える
ひまわり

直径約30センチの大輪の
ひまわりが咲きました!!

強い日差しと早朝から一斉に鳴く蝉の声に本格的な夏到来を感じさせる季節となりました。コロナ感染症に加え、例年以上に猛烈な暑さとなり「熱中症緊急アラート」の発令日が多いコロナ三年目の夏。家族や職場でお互いこえかけあってコロナにも熱中症にも負けず夏をのりこえましょう。

先週末に町主催で国指定史跡の伊礼原遺跡について学ぶ「縄文ナイト」が開催された。メインイベントは60本のサガリバナがライトアップ。「発掘調査などで7千年前からサガリバナがこの地に存在していたとされている」との文化課職員の説明を聞きながら、サガリバナの香りと植栽の間の川のせせらぎに暑さを忘れた一時であった。公民館にも3班の金城さんから頂いた1本のサガリバナが昨日から咲き始め、少しずつ涼しくなる事を期待しています。

前回の自治会だよりにて紹介した「むらさきの花」の名前は、“コウトウシラン”でした。

寄贈・寄附ありがとうございます。

井上一男さん(4班)より 体温測定器(高速測定サーマルカメラ)

来館したらまずは検温と、これまで公民館では非接触型体温計を使っていましたが、体温が低く表示されたり、計れなかったり等ご不便をおかけしておりました。この度、即体温が計れるスタンド式の体温測定器を井上一男さんより寄贈いただきました。測定器の前に立つとすぐ検温、「ピッ!正常です」のアナウンスあり。助かりますね。コロナ感染予防対策に大切にに使わせていただきます。



LEQU足湯記念タオルの贈呈

株式会社Distortion,Inc. ベッセルホテルカンパーナ沖縄、美浜リアルエステート株式会社 3社より、LEQU沖縄北谷スパ&リゾートの足湯スペースができたことを記念して、タオルの贈呈がありました。区民の方、先着150名に配付致します。ご希望の方は、公民館事務所までお声かけください。天然温泉の足湯「なかゆくい」は、地域の方もご利用いただけるとのことですのでぜひ行ってみてください(^^)

【利用時間】10:00~18:00

6班 下地ヨシ子さんより寄付をいただきました

自治会運営に大切にに使わせていただきます。ありがとうございます。

自治会・公民館に対するご意見・ご要望・お問い合わせ等は (☎926-5185) までお願いします

7月カレンダー & 防災コーナー

日	月	火	水	木	金	土
31					1	2
防災cafe 夜8時~					災害用伝言 ダイヤル「171」 体験日	
3	4	5	6	7 セタ	8	9
			区政委員会 夜7:30~	英語教室 昼1:30~		
10	11	12	13 旧暦15日	14	15	16
参議院選挙 美浜区公民館 朝7時~夜8時				英語教室 昼1:30~	災害用伝言 ダイヤル「171」 体験日	
17	18 海の日	19	20	21 夏休み スタート!	22	23
				英語教室 昼1:30~		
24	25	26	27	28	29 旧暦1日	30
合同ラジオ体操 朝 6:20~ 公民館広場	公民館講座 ヒーリングヨガ 午前10時~			英語教室 昼1:30~		毎月30日は 備蓄品の 確認をしよう!

災害用伝言ダイヤル

災害時のみ稼働するものですが、毎月1日と15日に体験利用ができます。

伝言の録音方法

1 7 1 にダイヤル

↓ 音声ガイダンスが流れる

再生の場合 1

↓ 音声ガイダンスが流れる

被災者の電話番号を入力

伝言の再生方法

1 7 1 にダイヤル

↓ 音声ガイダンスが流れる

再生の場合 2

↓ 音声ガイダンスが流れる

被災者の電話番号を入力

「忘れて 1 7 1?」とおぼえてね。

各キャリアからのサービスもチェックしておこう!

- ドコモ・・・「災害用伝言板」「災害用音声お届けサービス」など
- au・・・「災害用伝言板サービス」「災害用音声お届けサービス」など
- ソフトバンク・・・「災害用伝言板」「災害用音声お届けサービス」など

その他スマートフォン
災害用アプリもあるよ

防災cafe

第22回 テーマ

「備えて安心～地震保険～」



家屋・家財を守るために
地震保険をきちんと知ろう

今回は、日本損害保険代理業協会理事、日本防災士
沖縄県支部 防災士 大城拓さんにお話を伺います。

日時：7月31日(日)夜8時~9時

当日は対面とZOOMリモートの同時開催です。参加しやすい
方法でご参加ください。参加の方は事前に申込をお願いします

公民館 または ZOOM [ID: 882 3329 5670]
[パスコード: 9265185]



「もしも」について学んで備える。“Prepper”(プレッパー: 備える人たち)メンバー随時募集!

PrepperではグループLINEを活用し、リアルな災害情報や日常の防災・防犯などの情報共有を行っています。
また知識豊富な防災アドバイザーに災害・防災について疑問に思うこと・不安なことなど相談できますよ。

公民館の日常

「公民館は何をしているところ？」と聞かれる事がよくあります

公民館ではいろいろな団体・サークルが活動していますよ♪6月はこんなことをしました

主催 自治会「ちゅらあいらんどプラン」

ちゅらカフェ

3ヶ月ぶりに開催のちゅらカフェ。今回のテーマは「うたごえ喫茶♪」開店直前にカラオケが壊れるトラブル発生!…がりましたが、カラオケDVDを持っている大山さんからDVDを借り、みんなで昔懐かしい「リンゴの唄」「青い山脈」などを歌い、また歌好きさんはカラオケタイムを満喫。久しぶりに顔を見せる方もおり、美味しい手づくりデザートとコーヒーをいただきながらゆんたくもタイム。コロナでみんなと集まる機会が少なくなっている中、久しぶりの雰囲気を楽しみひと時を過ごしました。



区政委員 × 願寿クラブの有志 ボランティア清掃 (広場の芝刈り)

長かった梅雨が明け、やっと公民館広場の芝刈りができました。伸びにのびた芝がきれいに刈られ、スッキリ!グランドゴルフの再開が待ち遠しくなります。ボランティアのみなさん暑い中ありがとうございます。



主催 公民館 ねかせ玄米の作り方講座

料理上手な増永和美さん(6班)を講師に、メインのねかせ玄米(発酵玄米)の他に2種類の常備食「冬瓜の栄養漬け」「かえりの佃煮」と即席みそ汁の味噌玉の作り方を教わりました。数日保温でねかせた玄米はもちもち食感が甘みが増し美味しい!との声。他にも、とても美味しかった冬瓜の栄養漬けは、汁物・煮物以外の冬瓜の美味しい食べ方を知ることができました。



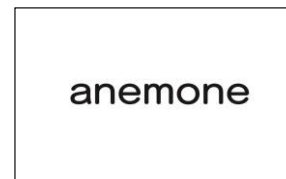
主催 いずみの会 操体法教室

毎月第3火曜日に開催の操体法教室。先生は神瀬寿美子さん(^^)やさしく丁寧に動作を教わりながら、気持ちよく体を伸ばす参加のみなさん。体が軽くなった後は、ボランティアさんが作った美味しい食事をみんなでいただきます。運動&食事のセットで、今日もちゃーがんじゅう! 年齢問わずできる操体法は毎月第3火曜日朝10時~公民館で開催。




令和4年度 美浜区賛助会員紹介

コロナ禍で大変な中、継続加入や新規加入など多くの事業所の協力で心より感謝申し上げます。




R4.6.30日 現在【順不同】

これからのイベント

 **夏休み 学推協 合同ラジオ体操**
7月24日(日) at 公民館
朝 6:30~(集合 朝6:20)

7/21日~夏休みスタート!
夏休み最初の日曜日は
地域みんな
ラジオ体操するよ!
みんなおいでね



 主催 公民館 **ヒーリングヨガ講座**
7月24日(日) 午後10時~12時 at 公民館
呼吸法&瞑想、ストレッチで体も頭もスッキリ!気持ちいいよ~
定員に達しだいお申し込みください。詳しくは、公民館までお問い合わせください

選手求む! 主催 北谷町 **体協陸上競技大会**
日程: 9月4日(日) 朝9時 開会式
場所: Agreフィールド北谷 (北谷公園陸上競技場)
走る、跳ぶ、投げる各種目あります。エントリーをお願いします!

自治会よりお願い

- ①先月末、集会所駐車場にゴミと草木(袋に入った)が放置。チラシにて自宅での処分を通知いたしましたが、2週間放置されていたため、関係団体に連絡し粗大ごみについては処分致しました。草木の処分については、別関係団体への連絡の為、未だ片付けられていない状況です。住民ひとりひとりが、正しいごみの出し方を守り、これまで同様住環境を守っていきましょう。再度このような事があれば、関係団体と連携しながら、防犯カメラの設置や法的措置などらせていただく事になります。
- ②集会所駐車場に夜間駐車される車の所有者に対して、近隣住民より夜間のエンジン音がうるさいとの苦情が多く寄せられています。お心あたりの方はエンジンの静音化にご協力いただくと共に可能であればご自宅の駐車場への移動をお願いします。



美浜区自治会(公民館)ホームページご案内
自治会・公民館の最新情報、活動内容が確認できます
QRコードまたは「美浜区公民館」
(http://mihamaku.chatana.jp/)で検索!



美浜区の人口 (2022年5月末現在)
2,831名 1,368世帯