

絆

<北町内会広報>

(きずな)

2013年 5月 1日 (第71号)

発行責任者：恵み野北町内会会長

編集：恵み野北町内会総務部

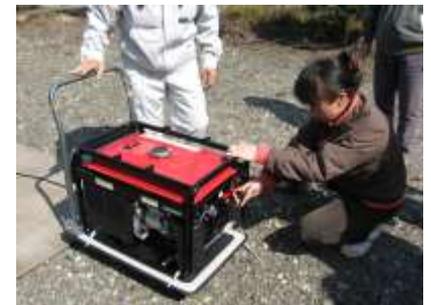
連絡先：37 - 2326

印刷所：有限会社清光舎水野印刷

第2回 地震対策隊研修会

4月21日(日)北会館にて、防災隊員42名の参加により 地震対策研修会が行われた。特に防災DIGの研修については、災害時にどのように行動したらよいかを、各グループに分かれて熱心に討議されました。

- <研修内容>
- 1 防災DIGの研修
 - 2 各丁目毎現地確認訓練
 - 3 小型発電機操作訓練



※ 6月16日(日)第3回地震対策隊研修会には、各町内会区長さんも参加して下さい。

第1回 健康学習会

4月17日（水）10：00から北会館にて、保健センターから2名の保健師さんにより「シルバー世代の健康づくり」の講義が行われました。



庄林さん・桜井さん



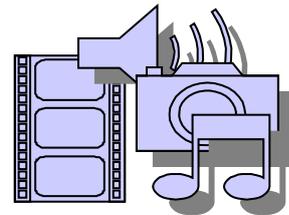
血圧・体脂肪測定



65歳以上を高齢者と言うそうです。恵庭市の人口は現在69,000人だそうです、その内65歳以上の人は15,000人だそうです。

元気老人12か条

1. 食事は1日3回規則正しく
2. よくかんで食べる
3. 野菜・果物など食物繊維をよくとる
4. 水分をたくさんとる
5. タバコは吸わない
6. かかりつけ医を持っている
7. 自立心が強い
8. 気分転換のための活動をしている
9. 新聞をよく読む
10. テレビをよく見る
11. 外出をすることが多い
12. 就寝・起床時刻が規則的



ネットワーク夢ハートだより

リーダー (渡辺三好)

5月 花と緑の季節到来ですが、長かった冬の寒さがまだ肌から抜け切れないのが実感です。

でも活動の春です、心身ともに元気な毎日を送りましょう。

ところで4月5日恵み野憩いの家の灯油漏れがわかり、工事の影響で北むつみ会定期総会も急ぎ会場変更と役員さん大変でしたが、無事に終わられました。大事に至らなかったことが何よりで、5月中旬にはリニューアルオープンとなる予定です。

- ◎ 4月17日の健康学習会は16名のうち10名が初めての参加となりましたが、分かりやすい講話・血圧・体脂肪測定に「来てよかったね」大勢のお声を聞き、大変嬉しいことでした。次回は9月18日(水)どうぞ皆様お誘いあわせのうえ、お越しく下さいお待ちしております。
- ◎ 4月27日のシネマサロンは日ハム大谷選手の二刀流にちなみ「宮本武蔵 二刀流開眼」を上映、他町内会からもファンがおいでになり、楽しい一時でした。次回は5月18日(土)「海軍兵学校物語 ああ江田島」を予定しています。

<朗報> 全国謙慎書道会謙慎展で、末永美智子さん(1丁目)が秀逸賞の入選

春の恵庭市民卓球大会女子一般 福で赤田磯子さん(5丁目)ペア優勝
女子中学生 近 彩里さん(6丁目)が、単2位・複3位
女子小学生 単で植田帆海さん(7丁目)が優勝
村重花音さん(7丁目)3位と大活躍でした。

交通事故抑止市民大会では、北むつみ会 松前榮さん(1丁目)が市交安推進委員会会長感謝状の表彰

危険業務従事者叙勲として、町内会長 小林克己さん(2丁目)が瑞宝双光章を受賞されました。

皆さん おめでとう ございます。

- ◎ 5月は日本赤十字社 社資募集月間・みどりの週間 5月14日まで・母の日 12日・町内会一斉清掃日 26日7:00(予備日6月2日) 皆さん 善意の心を 寄せ合いましょう。

◎ 北会館活動サークルの紹介

(あなたも参加してみませんか、お待ちしております!)

子育てサークル 『もんきち』

一緒に子育てを楽しみませんか?毎週のんびり楽しんでいます♪
絵本を読んだり、体操を試してみたり、季節ごとのイベントや誕生会をしたり・・・
お暇でしたら一緒にのんびり楽しい時間を子どもと一緒に友達と一緒に
過ごしませんか?

活動日 毎週火曜日 10時~12時

場 所 恵み野北町内会館

対 象 未就園児とその親

連絡先 平井(Tel)

☆ 月曜日 整美体操「スマイル」10:00~12:00 (武末 ☎)

囲碁サークル 13:00~17:00 (川口 ☎)
(秋には大会もありますので、是非参加しませんか。)

☆ 木曜日 ミセス ストレッチ 10:00~12:00 (松岡 ☎)

いきいき 百歳体操 13:30~15:00 (中尾 ☎)
年を重ねても住み慣れた場所でいつまでも元気で生活したい!
そんな願いを持って、北町内会館で定期的に体操をしています。
「いきいき百歳体操」のビデオを見ながら体操をします。
体操が終わった後に、お茶などを飲みながらお話しして、絆を深めましょう。

☆ 金曜日 健康美体操 10:00~11:30 (菅原 ☎)

☆ 土曜日 書道クラブ 10:00~12:00 (中村 ☎)
「以前に習字を習っていたが、また、始めてみたい」と思っている人達が共に
技能・向上を図っているクラブです。

福祉部コーナー

今年は例年になく雪解けが遅いですが、もう間もなく春がやって来ます。福祉部では、毎年ご好評をいただいております、「お花一株」(昨年と同じベコニアを予定しております。) を70歳以上の方々に5月のゴールデンウィーク後に、各丁目の福祉担当者が親しくご訪問をしお花と併せて福祉便りをお届けに上がります。

今年から新たな副部長として、2丁目を恩田文恵さん、3丁目を大野金三郎さん、6丁目を片石さとみさんが担当しますので、よろしくお願い致します。
(福祉部長 安達 尚昭)

会計よりお知らせします

資源回収下半期の集計 (H 2 4 . 1 0 ~ H 2 5 . 3)

月	新聞紙	雑誌	段ボール	牛乳パック	瓶	合計金額	重量
10	25,560	1,005	2,560	84	96	29,305	8390.4
11	19,620	945	2,720	57	78	23,420	8567.2
12	21,720	1,260	3,100	24	111	26,215	9663.9
1	23,610	1,515	3,460	45	324	28,954	10700.8
2	19,020	660	2,220	54	192	22,146	7952.8
3	24,600	1,515	3,260	39	153	29,567	10888.7
計	134,130	6,900	17,320	303	954	159,607	56163.8

※ 26,601円/月

参考 前回平均 28,284円 (11月から新聞が 4円/kが3円/kに)

※ 市から補助金予定額 168,400円

<お願い> 市の資源回収に出す分を、溜めておいて、町内に出して

いただく様にお願い致します。 (※「絆」66号参照)

(回収日) 18日: 北6・7丁目 19日: 北1・2丁目

20日: 北3・4・5丁目

◎ 5月の行事予定

5月18日(土) 第11回 シネマサロン (北町内会館) 13:00～
5月25日(土) 第1回 北町内会パークゴルフ大会
5月26日(日) 春の町内会一斉清掃 7:00～ (予備日6月2日)

◎ 赤ちゃん誕生おめでとう

北條 裕 さん 長男・・・陽 (はる) 平成24年12月15日 生
山田 篤 さん 長女・・・茉優 (まひろ) 平成25年 3月15日 生

◎ お悔やみ申し上げます

辻	ユイコ	さま	92歳	H25. 2. 22	ご逝去	北2丁目
星崎	一二三	さま	86歳	H25. 2. 22	ご逝去	北4丁目
館山	禮子	さま	71歳	H25. 3. 7	ご逝去	北7丁目
土川	裕人	さま	56歳	H25. 3. 7	ご逝去	北2丁目
近藤	庄太郎	さま	91歳	H25. 3. 12	ご逝去	北2丁目
橋本	ミエコ	さま	93歳	H25. 3. 18	ご逝去	北5丁目
小嶋	文雄	さま	82歳	H25. 3. 25	ご逝去	北3丁目
檜谷	繁夫	さま	72歳	H25. 3. 26	ご逝去	北3丁目

◎ これであなとも物知り博士(○×クイズ)

第1問 「白羽の矢が立つ」とは、鬼に指名されることである。
第2問 「牛耳る」とは、牛の耳の血をのむことからきている。
第3問 「手ぐすねを引く」の“手ぐすね”とは、革手袋のことである。

<前回○×クイズ「北町内会だより」19号(4月1日)の解答>

- 第1問・・・富士山の山頂はどの県にも属さず、住所もない。
○(山梨・静岡のどちらにも属さず富士山本宮浅間大社の境内ということになっている)
- 第2問・・・Vサインを世界に広めたのはマッカーサー元帥である。
×(第二次世界大戦中、英国首相チャーチルが会見でたびたびVサインを示したことで有名になった)
- 第3問・・・「本籍地」は日本のどこにでも自由に置くことができる。
○(日本国内ならどこでもよく、自分とまったく関わりのない場所でもかまわない。本籍地を移すことも自由にできる。)

クイズに応募される方は、メモ用紙などに住所・氏名・解答を書いて、北会館のポストに入れてください。正解者には、景品を差し上げます。

編集部
からの
お願い

- ◎ 北町内会のあれこれ、意見・主張、子育て・介護の経験談、生徒・児童の活躍等を募集します。
- ◎ 原稿は、北町内会館のポストへお願いします。