



すずめ

南市岡すき屋根ん通信



NPO法人南市岡地域活動協議会

第130号
令和6年12月1日発行
NPO南市岡地活協事務局
南市岡会館内
港区南市岡 2-7-18

第43回 港区民文化のつどい 11/2・3

楠栄子先生

生け花

南市岡女性会

火の国太鼓



南市岡



生涯学習ルーム「テアレ」
Hawaii Akeia

港区土地区画整理記念・交流会館の中にできた港区民センターで開催されました。新しい舞台でドキドキしましたが、練習の成果を出し切ったと、みんな笑顔でした。

健康講座 ～ロコモティブシンドローム～

12月8日(日) 10:30頃～

「ロコモティブシンドローム」(以下ロコモ)とは、年齢を重ねることによって筋力が低下したり、関節や脊椎などの病気を発症したりすることで運動器の機能が低下し、立ったり、歩いたりといった移動機能が低下した状態。

ロコモ自体は病気ではありませんが、高齢化が進む日本ではロコモから寝たきりや要介護への移行を予防することに力が注がれるようになっていきます (メディカルノートより抜粋)

興味を持たれた方は、一緒に健康講座を受けませんか？
申し込み不要です。

場所：社会医療法人きつこう会法人本部
(南市岡1-2-5)



南市岡公園 工事の様子



10月8日



11月7日

八幡屋公園事務所からいただいた花



ビオラ・ストック・ノースポール・などしこ

公園の工事が終わって花壇に植えてもらえるのを待っています

11/15 無線情報伝達訓練



災害時に避難所開設を行います。その時に港区役所本部や各地域と無線でやり取りをします。無線の使い方や伝わり方をこの時期に、訓練を行っています。

12月の行事予定

1日(日)	古紙・アルミ缶回収	10・11月売上合計 68,100円
4日(水)	ひたくり防止巡視	10:30～ 河原町会・姥谷町会
5日(木)	ペットボトル回収	10月売上 3,740円
	百歳体操	毎週木曜日(12月は19日が最終)
7日(木)	ふれあいまつり	詳しくはポスター参照
8日(日)	特定健診(要申込)	9:00～12:00(受付は11時まで)
	健康講座	10:30頃～
10日(火)	いきいきサロン	13:30～ 南市岡会館2階
14日(土)	子育てサロン(要予約)	10:30～ 南市岡小学校多目的室
	ふれあい喫茶	13:30～15:00～ 女性部長担当
18日(水)	ひたくり防止巡視	10:30～ 秦野町会・黒野町会
19日(木)	地活協定例会	19:00～ 南市岡会館2階
20日(金)	高齢者配食サービス	11:00～11:30 南市岡会館
21日(土)	地域ふれあい食堂	11:00～13:00 南市岡会館
22日(日)	南市岡会館大掃除	9:00～
27日(金)	歳末夜警	20:00 会館を出発

※予定が変更になる場合があります

南市岡会館の休館日
12月28日(土)
から
R7年1月5日(日)

第21回
みなとこころの講座
「なぜ睡眠が大切なのか」
～良い眠りて
心豊かな毎日を～
12月7日(土)
13:30～16:00
港区民センターにて

2024
港区つながる見本市
12月15日(日)
13:00～16:00
港区民センターにて
2部ポスターセッションに
南市岡地域も参加します

こちらから
申し込んでください
申込メ切 12/13



◎主な犯罪発生状況 1月から9月 合計19
車上ねらい 2 部品ねらい 1 自転車盗 15
オートバイ盗 1 前年比 +3
◎特殊詐欺 被害はないもののスマホなどにも電話がかかってきているらしい。「+8」から始まる番号は海外からのので出ないようにしましょう。