

周南市内各地区の公民館便りは、インターネットで見ることができます。詳しくは、「周南市コミュニティ推進連絡協議会 (<http://gokan-furusato.org/community/community.html>)」をご覧ください。

駅伝・マラソン大会が開催されました！！



場所：三丘 千田郷

12月8日(日)に熊毛地区、師走の恒例行事「周南市熊毛地区駅伝大会・熊毛たんぼのマラソン大会」が三丘千田郷で開催されました。当日は、天候に恵まれ、爽やかな晴天のもと絶好のランニング日和となりました。第49回となる大会には、駅伝の部に33チーム、マラソンの部に62名のエントリーがあり、駅伝競技は1区：2.5km、2,3,4区：1.8km、5区：2.1kmの合計10km、マラソン競技は1.8kmのタイムを競いました。



一本のタスキをつないで走る。
絆の大切さを実感できる駅伝の醍醐味です！！



高水子ども会
駅伝チームも大活躍！！



マラソンの部で優勝した
山崎健介君、金谷美優さん

東日本大震災の後、「絆」の大切さが叫ばれていますが、チームが1本のタスキをつないで走る駅伝は、まさに「絆」の大切さを実感できる競技です。高水地区からは子ども会チームが参加し、駅伝の部では3位入賞にはあと一歩届きませんでした。が、昨年から大幅にタイムを更新しての4位、マラソンの部では5年生の山崎健介君、金谷美優さんが見事優勝という素晴らしい結果を残してくれました。競技終了後には、子ども会育成会役員さんの協力で、大鍋で作られたあたたかい豚汁がふるまわれました。爽やかな青空のもとで食べる豚汁はとても美味しく、何杯もおかわりをする方もおられました。最後に、高水小学校子ども会駅伝チームが結成されて約1カ月間、チームの練習の指導や、大会運営のお世話にあたっていただいた子ども会育成会役員の方々、本当にお疲れ様でした。

お知らせ

受診されましたか？
周南市国民健康保険の特定健診
受診期間：H26年2月28日まで！！



心筋梗塞や脳卒中はある日突然起こるものではありません。血圧や血糖が高い状態が長期間続くことで徐々に血管が傷んでおこります。健診を受けご自分の身体の状態を確認しましょう。

周南市国保の**特定健診**は約 10,000 円かかる健診を自己負担額 **1,000 円**で受診できます。さらに、節日年齢と70歳以上の人は**500 円**です。
※受診券を紛失された方は再発行いたします。
連絡先 保険年金課 (22-8384)

周南市オリジナル「お腹ぺったんこ体操」のお知らせ
楽しく、手軽に、脂肪燃焼をコンセプトにした3分間体操です。
★市ホームページで動画配信
★DVD 貸出します
★出前トーク伺います。



高水校区子ども会育成会では、下記の日程でどんと焼きを開催いたします。当日は温かいぜんざいを用意しておりますので、お友達やご近所さんをさそって、ぜひご参加ください。

- 記
- ・日 時 平成26年1月11日(土) 9:00から
※雨天の場合は12日(日) 9:00からに順延となります。
 - ・場 所 高水小学校グラウンド
 - ・その他 雨天の場合、当日の7:30に中止の決定を行いますので、それ以降に高水公民館(92-0173)までお問い合わせください。
しめかざりなどの針金等の金属類、ビニールは必ずはずしてください。



新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。昨年、様々な行事の開催、また、円滑な公民館運営をみなさまの温かいご理解とご協力により実施することができました。どうぞ、本年も変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。みなさまの新年が素晴らしい年になりますように祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

平成二十六年元旦

高水公民館職員一同

行事予定

- ★どんと焼き
1月11日(土) 9時～
高水小学校
※雨天時 1月12日(日) 9時～
- ★地域のおじさんおばさん運動
1月15日(水) 14時40分～
高水小学校
- ★第16回高水地区ボウリング大会
2月下旬
下松スポーツセンター
※詳細は「スポーツ振興会だより」でお知らせいたします。



高水地区校外育成標語コンクール



今年もすてきな標語の応募がたくさんありました！！

- | | | |
|-----|-------------------------|----------|
| 最優秀 | 「ひろうより すてないことが まず一步」 | 三戸 寿奈さん |
| 優秀 | 「あいさつで 広がる幸せ つくろうよ」 | 金谷 美優さん |
| 優秀 | 「おはようと その一言で 笑顔になれる」 | 大西 礼華さん |
| 佳作 | 「あいさつで 笑顔のとびら ひらこうよ」 | 山本 菜々美さん |
| 佳作 | 「町の人 とどくといいな 元気な声」 | 糸浴 千智さん |
| 佳作 | 「花いっぱい あいさついっぱい 元気いっぱい」 | 柏 菜利奈さん |



高水地区校外育成協議会では、毎年夏休みに高水小学校4年生から6年生の児童より、標語の募集を行なっています。その作品の中から、優秀な作品（最優秀 1点、優秀 2点、佳作 3点）を11月13日（水）に表彰しました。標語には、子供たちの思いが込められています。高水が美しく明るいまちになるように、清掃活動やあいさつ運動を地域全体で取り組んでいきたいと思います。最優秀、優秀の作品は看板を作成し、高水小学校前の市道と、高水公民館に設置しておりますのでご覧になってください。

高水小学校でサツマイモの収穫がおこなわれました！！



こんなにたくさん収穫できました



農業指導者の方々には本当にお世話になりました



親子で楽しく芋掘り♪たくさんとれるかな～？

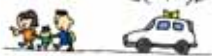


大きいの みつけたっ！！

11月11日（月）に高水小学校そばの畑で1年生から4年生が苗を植えたサツマイモの収穫が行われました。このサツマイモづくり体験は、高水地区まちづくり推進協議会が農業体験活動とおして、生産の喜びや、協力することの大切さ、地域の方々との交流などを目的として、高水小学校に協力していただき、昨年から実施しているものです。5月にイモ畑の整備をし、6月に小学校の児童が地域の農業指導者に教わりながら苗の植え付けを行い、この度の収穫となりました。昨年の収穫の際には突然の大雨、ひょうにも見舞われ大変な収穫作業だったのを覚えています。今年も今年は爽やかな秋晴れのもと和やかに行われました。当日は、小学校から保護者の方にも呼び掛けて芋ほりに参加していただき、親子と学校とのよい交流にもなりました。



自主防災・災害に関する講演会



講演の中で、「地域で自主防災組織を立ち上げ、地域の防災計画の作成を...と自主防災がなぜ必要かについてお話があり、意見交換の際にもこのテーマについての内容が多く出て、参加者からの関心の高さがうかがえました。自主防災については、大きな災害を前にして、被害をゼロにすることは無理かもしれませんが、しかし、「阪神淡路大震災」の時、生き埋めになったり、建物内に閉じ込められた人のうち、生存して救出された人の約95%は自力で脱出したか、もしくは家族や友人、隣人に救助されているという調査報告なされています。このことから、日頃からの①「心の備え（意識）」②「知恵の備え（知識と技能）」③「つながりの備え（人や組織のつながり）」を深め、地域の減災力を高めておくことは、とても重要なことだと思います。高水地域にはまだ自主防災組織は設立されていませんが、今後の地域防災のあり方について考えさせられるよい講演だったのではないかと思います。



～和泉主査の講演の様子～

11月20日（水）に高水公民館大会議室で、高水地区自治会連合会の主催で「自主防災・災害に関する講演会」が開催され、各地区の自治会長をはじめ28名の方が来場されました。講師として市役所の防災危機管理課から石井課長と和泉主査をお招きし、「知っておきたい防災対策」のテーマで講演が行われました。講演は約一時間行われ、地震、台風、大雨についての基礎知識から、災害が発生した時の望ましい行動の仕方、日頃からの防災対策、災害用伝言ダイヤルの利用方法、市の防災体制についてなどについてのお話があり、その後、質疑・意見交換が行われました。

人命救助！！感謝状の贈呈

11月18日（月）に高水小学校5年生の岡 泰生君と3年生の内富稀尋君に、鶴見台連自治会から感謝状の贈呈が行われました。経緯は、10月12日（土）午後2時頃、岡君と友人の内富君、そのお母さんの3人が車で通行中、樹木の剪定でハシより落下し道路上に倒れていたお年寄りを発見して、機敏な連携で救急車を手配し、搬送の手助けを行いました。幸いに処置が早かったことで、命に別条なく、子ども達のお父さんの判断と勇気ある行動に感謝されています。



勇気ある行動に拍手！！ ありがとう！！

