

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。

## 高水スポーツ大会開催！！



こりゃ〜すごい！！



楽しんでくださいー

池田会長の開会宣言で高水スポーツ大会スタート！！



### ★大会結果

#### ○個人の部 (敬称略)

- 1位 上田 宏
- 2位 浅上 真知子
- 3位 浅上 秀彦
- 4位 国本 康行
- 5位 松本 孝行

#### ○団体の部

- 1位 鶴見台 C
- 2位 鶴見台 A
- 3位 鶴見台 B
- 4位 今市 A
- 5位 鶴見台 D

### 今回も楽しいコースいろいろ。



笑顔と歓声がはじけました！！



8月31日(日)に、大雨で延期になっていましたスポーツ振興会主催の「高水スポーツ大会」が高水小学校グラウンドで開催されました。

競技種目は、「グラウンドゴルフ」で14チーム・56名の参加者で行われました。コースはもはや定番となっている障害物コースが多数設置され、様々な仕掛けのあるコースに随所で歓声や感嘆の声があがっていました。参加者からは「年々難しくなるのお。」「どんなコースができるのか毎回楽しみにしています。」「今回も本当に楽しませてもらう。ありがとうございます。」との温かいお声をいただきました。



バットです！！



## 「周南スポーツフェスタ2014」 徳山八十八か所お大師ウォーク 参加者募集！！

と き：平成26年10月13日(月・祝) ※少雨決行  
受 付：8時30分～  
スタート：9時00分～ 終了予定：15時00分

### 【コース】

- 西コース 「徳山湾を様々な角度から眺めるコース」 約10km
- 中コース 「東川を遡り、山や川を感じるコース」 約15km
- 東コース 「古い町割りや緑地公園を巡るコース」 約12km

### 【参加費用】

100円(当日にお支払い頂きます。)

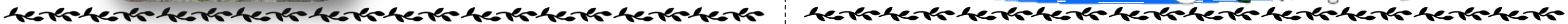
### 【申込方法】※下記のいずれかの方法でお申込みください。

- ・高水公民館までご連絡ください。(電話：92-0173)  
※高水公民館に申込書が置いてあります。
- ・市文化スポーツ課ホームページから参加申込書をダウンロードして、文化スポーツ課まで「郵送」もしくは「FAX」にて提出  
周南市地域振興部文化スポーツ課  
〒745-0045 周南市徳山港町3-21  
電話：0834-22-8624 FAX：0834-22-8428

※申込締切：9月28日(月)

行事予定

- ★高水地区敬老会  
9月15日(月・祝)  
10時～13時  
JA周南熊毛支所
- ★高水小学校運動会  
9月21日(日) ※雨天翌日に順延  
9時～  
高水小学校グラウンド
- ★健康寿命のびるセミナー  
10月1日・8日・15日・22日  
13時30分～15時  
高水公民館大会議室
- ★明照幼稚園運動会  
10月12日(日)  
9時～  
明照幼稚園グラウンド
- ★周南スポーツフェスタ2014  
10月13日(月・祝)  
10時～14時  
キリンビバレッジ周南総合スポーツセンターほか



# 「もやいネット高水ステーション」 が10月より活動スタート！！

周南市もやいネット高水地区ステーション開設！

高水地区社会福祉協議会では、10月1日より高水公民館内に、「周南市もやいネット高水地区ステーション」を開設します。地区ステーションには地域福祉コーディネーターを配置し、民生委員、福祉員の方々と協力しながら、高齢者の見守り活動や高齢者のお悩み事の相談を受け、悩み事の解決を一緒に考えて行くように活動していきます。



●「もやいネット」とは  
高齢者の孤立死・孤独死を防ぐために、自助・共助・公助による見守りネットワークのさらなる強化を目的に周南市が平成25年度に立ち上げた事業です。  
高齢者が安心して暮らしていくことを目的に、幅広い見守りを支援する中心的な役割を担っています。

高齢者のための相談窓口  
**もやいネットセンター**

ご利用ください

電話：0834-22-8200

## 健康寿命のびーるセミナー

～あなただけに若返りのヒント教えます～

参加者  
募集中!

10/1 (水) 13:30~15:00

簡単！自宅でできる運動レッスン  
講師：松本義如さん（理学療法士）



10/8 (水) 13:30~15:00

若々しさの秘訣！食べ力  
講師：山田洋子さん（栄養士）



10/15 (水) 13:30~15:00

むせないお口の鍛え方  
講師：高橋育美さん（歯科衛生士）



10/22 (水) 13:30~15:00

頭はつらつ認知トレーニング  
セミナーの振り返り  
講師：市保健師



【場 所】高水公民館 【対象者】おおむね65歳以上の方

【定 員】各回40名（受付順） 【参加費】無料

【持参物】動きやすい服装、タオル、水分補給のための飲み物、筆記用具

【申込み】高水公民館まで申し込みください。※1回のみ受講も可能です。

電話：92-0173 ※申込期限：9月25日（木）

## 子ども会教育キャンプが開催されました。



「環境パートナー：橋本順子先生」に自然との共生について教わりました。

7月12日（土）に高水校区子ども会育成会の主催で恒例の教育キャンプが開催されました。会場は周東町の「森林体験交流施設丸太村」で行われ、高水小学校の1年生から6年生の児童18名の参加がありました。今回は日帰りのデイキャンプでプログラムが組まれ、午前の部では、「環境パートナー」の橋本順子先生に、自然との共生について解説をしていただき、午後の部では、木工芸教室に参加し「ネームプレート」の制作を行いました。内容の濃い充実した時間を過ごせた児童たちも大満足の様子でした。



昼食のバーベキュー♪ おいしいっ！！



↓環境学習の様子。見せていただいた「松ぼっくり」の大きさにびっくり！！

↑午後からの木工教室でネームプレートを作成。上手にできたね。



**熊毛中学校地区ボランティア**  
8月24日（日）に熊毛中学校の地区別ボランティア活動が行われました。この活動は、熊毛中生徒会が、日頃お世話になっている地域の方々と一緒に汗を流し、自分たちの地域を少しでもきれいにしたいとの思いから行われています。昨年度までは、各部活動単位で熊毛地区それぞれに分かれていましたが、今年度からはそれぞれに考えて、清掃が必要と思われる場所を決めて清掃活動を行いました。高水地区では鶴見台団地、高水駅、高水公民館、高水小学校で行われ、高水公民館では、日頃公民館を利用している高水地区まちづくり推進協議会の生涯学習部の団体の方々や高水地区校外育成協議会の役員さんも清掃ボランティアを行い、中学生と一緒に汗を流されました。