



地区だより

すすま

発行：須々万地区まちづくり推進協議会

監修：須々万市民センター



令和11号 発行
令和3年9月15日

須々万地区人口 4,407 名（男性 2,108 名 女性 2,299 名） 《2021年8月末現在》

お口からはじめる介護予防教室

全12回お疲れ様でした！！

口腔水分量測定

パタカ連続発音

舌圧測定

6月8日（火）から8月24日（火）まで、毎週火曜日に実施してきた「お口からはじめる介護予防教室（健口スマイル推進事業）」が無事に終了しました。

この事業は、山口県歯科医師会、山口県歯科衛生士会、周南市健康づくり推進課、岐北テレビの協力のもと、お口の健康づくりから体の健康の維持・増進を目指し、約3か月の間、健康の知識を深めながら、トレーニングを実践してきたものです。

お口の周りの筋肉を鍛える「あいうべ体操」や「パタカラ体操」、噛む力をチェックする「咀嚼チェックガム」、舌のトレーニングができる「ペコぱんだ」を使用するなど、普段使っていない道具や、健康維持・フレイル予防の知識にふれる貴重な機会となりました。

8月24日の最終日は、初回に行った口腔機能検査を行い、初回からのデータとの変化をチェックした後、須々万に在住の歯科衛生士さんと一緒に「かみかみ百歳体操」「あいうべ体操」も行いました。

この教室は終了しましたが、今後も地域全体で、お口の健康やフレイル予防に取り組めるといいですね♪ 参加者の皆様、お疲れ様でした！！

※「あいうべ体操」「パタカラ体操」など入ったCDは、岐北テレビにて購入できます。

【1枚1,000円】ご興味のある方は、岐北テレビ（88-2744）までご連絡ください。

口からカラダへ。



☆ 須々万市民センターからのお知らせ ☆

あっという間だった夏休み！

例年実施している夏休み子ども教室を、写真で紹介します。

ふい返ってみると、いろいろな体験をしていますね！ ※感染症対策を行って、実施しました。

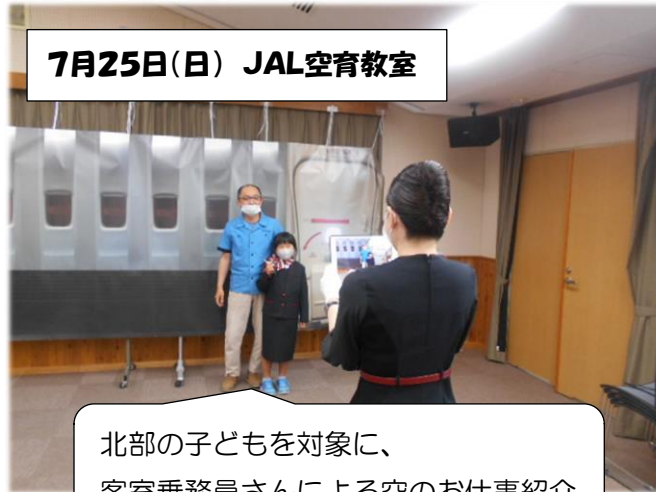


8月1日(日) カヌー&パン作り体験教室



午前中はパン作り、午後は菅野湖でカヌー体験

7月25日(日) JAL空育教室



北部の子どもを対象に、
客室乗務員さんによる空のお仕事紹介

7月28日(水) ランタン工作教室



自分の書いた絵を、いろんな色で照らす
ランタンを作りました！

8月4日(水) ひょうたん教室



色を重ねているひょうたんを、水やすりでこすり、
ひょうたんのキーホルダーができました！

8月3日(火)、10日(火) 絵画教室



絵画の指導を受けながら、水彩画を描き、
自分たちの絵画を完成！

8月18日(水) 子ども工作教室



身の回りにある缶詰を使って、
色鮮やかなペン立てをつくりました！

たくさんのご参加ありがとうございました！ 来年もみなさんの笑顔に会えるのを楽しみにしています！

忙しい中、講師をしていただいた皆様、本当に有難うございました！

○ R3市民センター文庫アンケートを実施します！



本年度も、市民センターの文庫に新しい本を購入します。
 これまで地域の皆さまに「これが読みたい！」「これを置いてほしい！」
 という本を募集しており、今年も実施いたします！
 下記アンケート用紙を市民センターへ提出いただくか、文庫貸し出し帳の中にも
 アンケート用紙を用意いたしますので、そちらへご記入をお願いいたします。
 要望のあった本の中から、検討の上、購入したいと思います。
 期限はR3年11月12日（金）までといたします。
 たくさんのリクエスト、お待ちしております！！
 ※ 応募いただいた本全てを購入できるわけではありませんので、ご了承ください。

須々万市民センター文庫「これが読みたい！」アンケート用紙(11/12まで)

タイトル（複数可）	
著者	



○ コロナ禍における須々万市民センターの利用について

新型コロナウイルスの感染拡大が広がり、みなさま不安な日々を過ごされているかと思います。
 特に8月中旬からの「デルタ株感染拡大防止集中対策」が発令され、周南市でも市有施設が一斉に休館・
 利用中止となりました。
 今一度感染対策をしっかり行って、気持ちよく利用していただけるように、須々万市民センターの利用に
 ついてまとめました。
 ※須々万市民センター別館も、同様の流れです。

【体調チェック】



ご自宅で体調チェック
 ※当日体調がすぐれない方は、利用をお控えください。

【手指消毒】



入口で消毒をお願いします

施設の利用

部屋の換気
 マスク着用
 1～2mの距離の確保

【施設の消毒】



使用した箇所の消毒
 消毒液と、水で二回拭いてください。

【使用簿の記入】



定期講座団体の方は、
 利用簿の「その他気づき」に、参加者の名前の記入をお願いします。

昨年度からお手数をおかけしております。利用者全員の安全のためにも、これからもご協力をお願いします。
 （予約をしている団体で、施設の休館など利用ができなくなった場合は、代表者の方へご連絡します。）

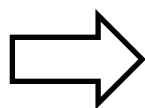
○大玉スギの枝折れの治療が終わりました

8月10日（火）午後7時ごろ、飛龍八幡宮境内にある国指定天然記念物「大玉スギ」の大きな枝が折れているところを、近隣の方が発見されました。

飛龍八幡宮は、周南市教育委員会を通して文化庁に毀損届を提出し、18日に折れた枝の撤去及び折れた枝の根本部分の殺菌処理など、保全処置を行いました。

大玉スギは、樹高34メートル、根本周囲17メートルで、県内で最も大きな樹木で、樹齢は1200年以上とみられています。

近くを通られる際は、治療を終えた大玉スギの姿をご覧ください。



○ふれあい農園の紹介

沼城橋の近くにある「ふれあい農園」をご存じですか？

ふれあい農園は、昨年地域の方々が整備され、須々万中校区の小中学生が交流を図り、地域のふれあいを深めるために作られました。

今年は6月に、地域の方々によって畑が耕され、現在は学校の授業としてサツマイモが育てられています。

また、昨年につづき小学3年生と黒豆友の会で、黒豆を育てる学習も行っており、これからも地域と学校の交流の場として、活用していけたらいいですね。



○しゅうなんメールのご案内

携帯電話やスマートフォンなどのメールを登録していただいた方に、市からのお知らせや、気象情報を配信するサービスです。

台風などの災害情報、クマの目撃情報など知りたい情報を選択して、受信することができます。

QRコードの読みもしくは、

shunan@xpressmail.jpへ

空メールを送ることで登録できます



○10月からの地域のお便りについて

10月から広報しゅうなんが月に1回配布となります。これに伴い、地域のお知らせ・お便りの配布も変更になりますので、ご注意ください。

『地区だよりすすま』は、これまで年4回発行していましたが、同じ月に発行する予定です。

（例：12月15日号 → 12月1日号で配布）

ご不明な点等ありましたら、須々万市民センター（88-0001）までご連絡ください。