さざなみ

関門地区　３，３３２世帯　６，７６１人
中央地区　２，９５７世帯　４，９２４人
令和５年１０月３１日現在

市民センターとくやま　周南市飯島町１－１３　TEL ２２－８８７５　FAX ２２－８８１３

さわやかな秋・「 たくさんのふれあい 」がありました

１０月２２日（日）徳山小学校の参観日にあわせて、中央・関門地区の防災組織が「 もしもの時に備えて、心臓マッサージ・煙体験・土のうづくりの ３つの体験活動 」を実施しました。当日は防災組織のメンバーに加えて岐陽中学校の生徒さんも参加して、地域の一員として活動しました。**若い力は頼もしい限りです！**　子どもたちも貴重な体験をすることができました。ありがとうございました。

自分の持ち場をしっかりとお願いします

僕たちは鍛えているので大丈夫です

１，２，３・・　意外にきつい！ハァハァ

ちゃんと出られるかな？ ドキドキ

ヨイショ、ヨイショ。 頑張ろう！

１０月２９日（日）徳山小学校のグラウンドで４年ぶりに中央地区の運動会が開催されました。さわやかな秋空のもと、子どもたちから高齢者まで自分の年齢や体力にあわせて、さまざまな競技を楽しみました。午前中の開催でしたが、十分に楽しめた時間でした。お世話をしてくださった各地区委員、体育振興会の皆さん、ありがとうございました。

単純な玉入れではありません。時間内にピッタリ３０個にするのが難しい

定番のパン食い競争。最後の最後でなかなか思うとおりになりません

６つのチームが３試合ずつ綱引きを行いました。
１６人の力をあわせて・・
全力でがんばりました！

最後の種目は全員で「徳山市民ばやし」を踊りました
毎年、小学校の運動会で踊っているので子どもたちもとても上手です

また、中央地区の運動会にあわせて、夢プラン事業で完成した「とくやま弁 ラジオ体操第一」のお披露目をしました。開会式直後の準備体操には、来賓の藤井市長も参加されました。会場の皆さんもなじみのある「とくやま弁」を楽しみながら体操をしていました。

ラジオ体操のＣＤは中央地区市民センターにありますので、学校で、職場で、グループで、ぜひ活用してください！　きっと、いつもとは違った一日の始まりになるのでは？

１１月６日（月）市民センターを利用している講座生の「きずな会」が徳山動物園散策を行いました。週間天気予報では、かなりの確率での雨予報だったのですが、当日は朝から曇り空、お昼過ぎにパラパラと雨が降った程度で何とか予定通り実施できました。以前は、１日がかりでバス旅行をしていましたが、昨年から近くの動物園で講座生の交流を深めるようになりました。当日は、６３名の参加があり、お気に入りの動物を見たり、美味しいお弁当を食べたりして楽しい時間を過ごしました。

全員そろったので入園します！

人気のスリランカゾウの前で・・

豪華なお弁当　話もはずみます

市民センター講習会のお知らせ

いざという時にどうしたらいいの？　ちゃんとできるかな？

参加された方には「救急救命講習修了証」と防災食をプレゼントします。

少し先の日程ですが、当市民センターで以下の日程で『 救急救命講習会 』を開催します。　ＡＥＤの取り扱い、止血法、心肺蘇生法などの内容を中心に行う予定にしています。参加を希望される方は電話で申し込みをしてください。（月～金　９時～１７時）

救 急 救 命 講 習 会

【日　時】１月２２日（月）９時３０分～１１時３０分

【場　所】中央地区市民センター　１階ホール

【定　員】先着１２名　【その他】参加費は無料　運動ができる服装で

【申込方法】１２月１日（金）から電話で（TEL 22-8875）

新刊本のお知らせ

あなたが誰かを殺した	東野圭吾
朝ドラ「ブギウギ」完全小説版	ＮＨＫ出版
日曜劇場「ＶＩＶＡＮＴ」（上・下）	扶桑社

夢プラン事業「 行こうっちゃ 」
校区内の風景写真を展示します
期間　１２月４日（月）～２７日（水）
場所　周南市役所市民ギャラリー
（シビック交流センター廊下の壁面）