



はまゆう通信 1

はまゆう つうしん 8月号

～日置農村環境改善センター発 地域情報紙 第183号～

令和2年（2020年）8月1日発行



感動！発見！ふれあい！教室！！
～バスケットボール教室～

7月11日（土）B&G体育館にて、18名の参加者が長門市役所バスケットボール部員の指導のもとバスケットボールを体験しました。ドリブルやパス、シュートの練習の後、4チームに分かれて試合を楽しみました。1年生と6年生ではレベルに差はあるものの、チームメイト同士で協力し合い、ゲームをする中でチームワークの大切さを学びました。



～癒しのサンドアート～ ミセス・スクール

7月2日（木）改善センターにて、山本綾さんを講師に迎え、グラスサンドアートを作りました。ガラスコップにカラフルな砂を積み重ねて模様を描き、小物や造花を飾り付ければ素敵な作品が完成♪



～心も体も美しく～ めぐみ学級

7月6日（月）漁村センターにて中塚千代子さんの指導のもと、スローヨガビクスに挑戦しました。ハッピーバンドを使って、腹式呼吸をしながらゆっくりと身体を動かし、心と体をリフレッシュ！



～百歳まで健幸でいたい～ みのり・むつみ学級

改善センターにおいて、永富恵子さんを講師に迎え健康講座を開講。フレイル（高齢期の心身の機能低下）の予防・改善に取り組み、人生100年時代を健幸で過ごす術と心構えを学びました。



～身体の健康はお口から～ 女性リフレッシュ講座

7月15日（水）改善センターにて歯科衛生士の山本美佐子さんを講師にお迎えして「口腔機能の維持向上」をテーマにお口の健康について学びました。口腔ケアや健口体操で健康寿命を延ばしましょう。



【おしらせ】

～長門市助け合い応援券 8月31日まで～

「長門市助け合い応援券」の有効期限が8月31日（月）までとなっております。有効期限を過ぎた応援券は使用できませんので、ご注意ください。

- ・ 応援券は認定店舗でのみ使用できます。
※他地区の認定店舗は市ホームページでご確認ください。
- ・ つり銭のお支払いはできません。
- ・ 店舗の営業時間等は直接お問い合わせください。

《日置地区 認定店舗一覧》

カントリーキッチン	☎37-3824
さゝ舟	☎37-3455
食堂カフェ ソレイネ	☎37-2195
古市タクシー	☎37-3194
焼肉 やまの	☎37-2136

【おしらせ】

ながとし「健幸」づくりポイント・
やまぐち健幸アプリ健幸ポイント対象事業

減塩相談日

血管年齢測定、減塩食レシピの紹介等を行います。
申し込みは必要ありませんので、ご都合の良い時間
にお越しください。

日時：9月14日（月）9：30～11：30

場所：日置保健センター

参加費：無 料

内容：血圧測定・血管年齢測定

減塩レシピ紹介

汁物の塩分測定（希望者はこぼれないよう
タッパ等に入れて持参ください）

問合せ先：日置保健センター ☎37-2193



【おしらせ】

ながとし「健幸」づくりポイント・
やまぐち健幸アプリ健幸ポイント対象事業

ウォーキング教室

初めての人も、日頃から歩いている人もお待ちし
ております。健康づくりの第一歩に！

日時：9月18日（金）9：30～11：00

集合場所：日置保健センター

参加費：無 料

内容：ラジオ体操、ストレッチ、
2～3km程度のウォーキング

持参物：マスク、飲み物、タオル、
運動できる服装、万歩計（持っている人）

締 切：9月15日（火）

申込み問合せ先：日置保健センター ☎37-2193



～長門市日置B&G海洋センター通信～



毎年、海や川などの水辺では人の命を奪う事故がおきています。悲しい水の事故をおこさないよう
「自分の命は自分で守る」意識を持ち、安全に楽しく水辺で遊びましょう。

～水辺の安全5か条～

- ① 水辺で遊ぶ前には、天気予報を確認しよう！
- ② 水辺で遊ぶときは、みんなで行こう！ひとりではダメ！
- ③ 水辺で遊ぶときは、ライフジャケットを着よう！
- ④ 水に落ちたら、あわてずに浮いて待とう！
- ⑤ おぼれている人がいたら、飛び込まずに助けを呼ぼう！



「背浮き」で助けを待つ！

社会教育団体紹介

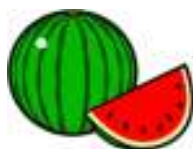
【フォークダンス日置】



明るく元気な
会員の皆さん

第1・3金曜日午後1時30分から3時30分
まで改善センターにて活動しています。フォーク
ダンスとは民俗舞踊のこと。その昔、狩りの収穫
を祝って踊ることから始まったといわれています。
大勢で踊ることによって連帯感を養い、誰にでも踊
れて楽しむことができるのがフォークダンスの
魅力です。「ストレッチをした後、『また君に恋し
てる』などの曲に合わせてみんなで楽しく踊って
います。全身運動で脳トレにもなりますよ。健康
維持のために一緒に踊ってみませんか？興味のある方は是非見学に来てください。（代表：岡村）」

8月の行事予定



日・曜日	行事予定	場所	時間
1(土)	感動!発見!ふれあい!教室!! 「カヌー教室」	黄波戸B & G 艇庫前	9:30~
2(日)	海洋性レクリエーション教室	黄波戸B & G 艇庫前	9:00~
3(月)	夏休みチャレンジ講座 「感想文教室」	改善センター	9:30~
4(火)	夏休みチャレンジ講座 「絵画教室」	改善センター	9:00~
5(水)	夏休みチャレンジ講座 「絵画教室」	改善センター	9:00~
	健康相談	漁村センター 保健センター	9:30~ 13:00~
8(土)	感動!発見!ふれあい!教室!! 「化石レプリカづくり」	改善センター	10:00~
9(日)	海洋性レクリエーション教室	黄波戸B & G 艇庫前	9:00~
11(火)	第2回星空教室 「天の川に流れる大流星と夏の星」	日置小学校 天体ドーム	19:30~
	おとなの天体観測入門講座 「星空ウォッチング」		
14(金)	育児相談	保健センター	10:00~
17(月)	夏休みチャレンジ講座 「感想文教室」	改善センター	9:00~
29(土)	海洋性レクリエーション教室	黄波戸B & G 艇庫前	9:00~

※8月の行事予定は、**7月20日(月)現在**における予定です。今後の新型コロナウイルスの感染状況により変更になる場合がございますのでご了承ください。

黄波戸盆踊り大会中止のお知らせ

8月15日(土)に予定していました「黄波戸盆踊り大会」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止とさせていただきます。【実行委員会】

読書のひろば 新刊案内

【一般図書】



- ・オフマイク 今野 敏
- ・雲上雲下 朝井まかて
- ・FACTFULNESS ハンス・ロスリング他

【児童書】

- ・栄養素キャラクター図鑑 田中 明
- ・からだの免疫キャラクター図鑑 岡田晴恵

地域おこし協力隊だより

日置の皆様こんにちは。地域おこし協力隊の杉村です。空き家調査や空き家バンクへの登録推進活動を行いながら、日置地区の資源活用を目指し活動しています。



さて地域資源として活用を目指している「苔」について、苔栽培事業の講習会を行いました。栽培する苔の種類や特徴、栽培方法、市場価値等についてご説明した後、実際に長門に自生している苔を使って播種を行いました。参加いただいた方からは、「苔に水やりが必要ないことや市場価値がある事に驚いた」といったご意見をいただきました。

今後は苔事業検討者との共同圃場の整備を計画しています。ご興味のある方は杉村までご連絡ください。よろしくお願ひします。

☎37-2340
(改善センター内)



編集後記

自然災害のシーズンである6月・7月、コロナ禍にあって、大きな災害が起きました。熊本県を中心として、各地で発生した集中豪雨。連日放送された被災地の状況に目を覆いたくなりました▼そのような状況の中、被災者の方々の力になりたいとの思いで日置中学校の生徒が立ちあがりまして▼アルミ缶を集め、換金したお金を義援金として被災地に届けたいというものです。お話しを伺った時、ほのぼのとした情感とともに思いやりの心が育まれていることを感じました。職員も協力し、応援します。

日置の人口

(令和2年6月30日現在)

人 口	3,663人	(- 6)
男	1,746人	(- 3)
女	1,917人	(- 3)
世帯数	1,679世帯	(+ 1)

() 内は前月比

編集・発行：日置農村環境改善センター
長門市日置上5880番地1 TEL 37-2340
E-mail: h.kaizen@city.nagato.lg.jp
HP: <http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/soshiki/43/>