



中間北校区まち協だより



～子どもたちと高齢者の元気な声がある活気のあるまち 中間北校区～

平成 30 年度総会

5/28 (月)

まち協運営に係る基礎構成団体、活動に助言を求めることができる協力団体からの 15 を含む総勢 42 名が出席され、平成 30 年度中間北校区まちづくり協議会総会が開催されました。



- ・報告第 1 号 平成 29 年度事業報告
 - ・報告第 2 号 平成 29 年度予算・決算報告書及び監査報告
 - ・議案第 1 号 平成 30 年度役員及び運営委員 (案)
 - ・議案第 2 号 平成 30 年度事業計画 (案)
 - ・議案第 3 号 平成 30 年度予算 (案)
- 2 件報告がされ、3 件の議案は満場一致で承認されました。



【まちづくり協議会新役員】

役職名	氏 名
会 長	池田 久紀
副会長	向井 初美
副会長	福島 保弘
事務局長	合谷 隆義
運営委員長	松岡 義彦
会 計	野上 真智子
監 事	岡田 芳子
監 事	徳永 節子
事務局員	谷口 知子

【H30 年度活動事業計画】

5 月	北小・中学校運動場の草刈り	9 月	健康づくり教室
	H30 年度総会	10 月	ほくほく夢まつり
6 月	救命救急講習会		健康づくり教室
	健康づくり教室	11 月	避難訓練
7 月	健康づくり教室	1 月	健康づくり教室
8 月	夏休み習字教室	2 月	健康づくり教室
	健康づくり教室		健康づくり教室
9 月	北小学校運動場の草刈り	3 月	健康づくり教室

★ 4・5・7・9・11・1・3 月・・・役員会

★ 4・6・8・10・12・2 月・・・運営委員会



北小・中運動場の草刈り

5/1 (火)・11 (金)・21 (月)

今年も、北小・北中学校の運動場の草刈りを行いました。
まち協役員・運営委員はじめ地域の方と各学校の先生方が機械で刈っていき、刈り取った草をパッカー車で集めていきます。草を集めるのは大変ですが、『(有)聖真』さんの手伝いがあるのでとても助かっています。



北中学校の様子

草刈りに参加されたみなさ～ん

おつかれさまでした!

(有)聖真のみなさん!

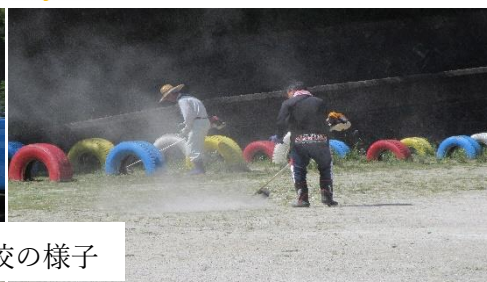
いつもありがとうございます!



体育会前にきれいにします!



北小学校の様子



救命救急講習会

6/4 (月)

北小PTAとまち協共催で、救命救急講習会を開催しました。

40名の参加者に、中間市消防署員より心肺蘇生法の人口呼吸・心臓マッサージ・AEDの使い方を教えていただきました。昨年度に続き参加された方は、心臓マッサージのコツがわかっているように上手にできていました。

心肺蘇生法は1人で行うには限度があります。

より多くの方がくり返し講習を受け、身につける事が大切だと思いました。

目の前で倒れた人に遭遇したら、その場から離れるのではなく進んで助けに行けるようになりたいですね!!

今回講習会を受けられなかった皆さん、次回参加をお待ちしています。



肘を伸ばし腕が垂直になるよう気を付けて!



音声の指示通りにパットを貼って下さい。



119番通報をし、救急車が到着するまでの時間は全国平均7~8分。中間市は平均5分。心臓マッサージは救急車が到着するまで続けることが大事です!

人口呼吸で肺に酸素が入っているかは、胸が膨らんでいるのを確認しながら行って下さい。



AEDの使い方を教わっています



まずは气道を確保する

健康づくり教室 in 下蓮花寺公民館

6/16 (土)

「公民館に通って健康寿命を延ばそう!!」のテーマで、介護保険課の方にお話をさせていただきました。

その後、食生活改善推進会の方にロコモ体操を教えていただき、作ってくださった食事を参加者41名の皆さんと一緒に美味しくいただきました。



朝早くからの準備、ありがとうございました。



メニュー

- ・麦ごはん
- ・スコッチエッグ
- ・ひじきの炒め煮
- ・小松菜のマヨネーズ和え
- ・みそ汁
- ・牛乳ゼリー



高齢化率は全国平均27%、中間市は36.7%になります。

健康寿命を延ばす3つのポイント

- ① 適度な運動
- ② バランスのとれた食事
- ③ 社会参加する事



②栄養バランス、バッチリ!



① 適度な運動が体に良いんです!

ロコモ体操で元気に過ごしましょう。



③公民館行事に参加することが社会参加になるんですよ~!