

9月 代陽コミュニティセンターだより

発行：代陽コミュニティセンター TEL/FAX 31-5507
掲載を希望される方は、毎月20日までにご連絡下さい。

毎月11日は『人権を確かめ合う日』

代陽校区行事予定					
団体名	内容	日	曜	時間	場所
町内会長協議会	例会	15	金	19:00	多目的室
婦人会	分会長会	6	水	10:00	多目的室
民児協	例会	6	水	13:30	会議室1
代陽スポーツ協会	町内体育委員会	5・19	火	19:30	多目的室
	体力テスト(申込者)	28	木	19:00	市総合体育館
青少年指導員	街頭巡回指導	25	月	16:30	—
消防一分団	水利点検・消防訓練	3	日	9:00	—
消防二分団	水利点検・消防訓練	3	日	9:00	—

いきいきサロン				
サロン名	日	曜	時間	場所
出町サロン	8	金	10:00	彦一 会館
南松江町サロン	14	木	10:00	南松江ふれあい館
北松江第一サロン	19	火	10:30	北松江第一公民館
北松江第二サロン	27	水	11:00	北松江第二公民館
本町三丁目サロン	14	木	10:00	本町3丁目ふれあいサロン
北荒神町サロン	未定			
横手町サロン	9	土	10:00	三軒屋コミュニティセンター
鷹辻町サロン	25	月	13:30	宮嶋 財団

※問合せ先 社会福祉協議会:62-8228

生涯学習自主講座クラブ活動予定				
クラブ名	日	曜	時間	場所
ひなげしコール	5・12・19	火	13:00	多目的室
オカリナクラブ	9・30	土	13:00	多目的室
フレンド代陽	1・8・15・22	金	9:00	研修室B
ポピークラブ	8・15・22	金	13:00	大研修室
代陽きもの着付けクラブ	4・25	月	14:00	和室
ビューティフル・フラ・ハウオリ	4・18・25	月	10:00	研修室A
代陽囲碁愛好会	2・9・16・23・30	土	13:00	会議室1
うたそら	9・30	土	9:00	多目的室
	14	木	9:00	多目的室
	20	水	19:15	多目的室

婦人学級活動予定				
学級名	日	曜	時間	場所
3B体操	7・14・21・28	木	14:00	研修室B
書道	5	火	13:30	会議室1
	12	火	13:30	2F会議室

老人クラブ連合会趣味講座活動予定				
講座名	日	曜	時間	場所
フラダンス	10・24	日	10:00	研修室B
カラオケ	5・19	火	10:00	多目的室
合唱	6・13	水	19:15	多目的室
民謡	7・21	木	10:00	多目的室
生涯学習	8・22	金	10:00	多目的室
書道	1・15	金	13:00	会議室1
社交ダンス	2・16	土	9:00	多目的室
俳句	12・26	火	13:00	会議室1
短歌	7・21	木	13:30	会議室1
吟詠	1・15	金	13:30	多目的室
パソコン	10・24	日	13:30	会議室1

※問合せ先 老人クラブ連合会事務局:35-8448

代陽幼稚園				
日	曜	行事予定		
1	金	あいさつ運動(8/30~9/1)		
4	月	家庭教育学級学習会		
6	水	避難訓練(火災)		
7	木	市立図書館利用 保護者読み聞かせ		
8	金	代陽っ子広場		
16	土	代陽校区敬老会ステージ発表		
20	水	9月生まれ誕生会		
28	木	運動会総練習		

代陽小学校				
日	曜	行事予定		
1	金	身体測定2年		
4	月	身体測定1年		
5	火	ICT授業サポーター来校日(7・11・15・20・25・27日)		
13	水	肥後っ子教室(5年) 集団宿泊(芦北)5年(~14日)		
21	木	避難訓練(不審者) 秋の全国交通安全運動(~30)		
22	金	6年修学旅行説明会(18:30~19:00 体育館)		
[10月の予定]		4日(水)就学時健康診断 14日(土)運動会(午前中)		

八代第一中学校				
日	曜	行事予定		
4	月	生徒朝会		
5	火	体育大会予行(予備日7日)		
6	水	振替休業日		
9	土	体育大会(予備日10日)		
11	月	弁当持参		
13	水	教育相談(~20日)		
14	木	生徒議会		
16	土	テスト期間のため部活動停止(~20日)		
19	火	前期期末考査(~21日)		
[10月の予定]		5日(木)八代駅伝競走大会 25日(水)2年修学旅行(~27日(金))		


※日程等は変更になる場合がありますので、詳細は各団体等にお問い合わせください。

代陽校区住民自治推進協議会

令和5年度敬老会のお知らせ

代陽校区敬老会を下記のとおり開催します。
皆様の永年のご活躍に敬意を表す共に、今後一層のご健康を願い楽しいひと時を過ごして頂きたいと思っておりますので、ご出席くださいますようお願いいたします。

日時：9月16日(土) 9時30分
場所：桜十字ホールやつしろ



代陽校区住民自治推進協議会・八代市食生活改善推進協議会

親子栄養料理教室

～みんなで学ぼう！食育の5つの力～

7月29日(土)に代陽コミュニティセンターで親子栄養料理教室が開催され27名の親子・ヘルスマイト・関係者等34名が参加されました。
ヘルスマイト(八代市食生活改善推進員)さんより「朝ごはんはなぜ大事?」「おやこの食育教室 食育の5つの力」①食べ物の味がわかる力 ②食べ物のいのちを感じる力 ③食べ物をえらぶ力 ④料理ができる力 ⑤元氣なからだができる力」についての話がありました。
調理ではそれぞれ班に分かれ、ヘルスマイトさん指導のもと『おにぎり3兄弟』『ミネストローネ』『おからと鶏のハンバーグ』『揚げないもちりりドーナツ』親子でコミュニケーションをしながら、楽しそうに料理を作っていました。試食では和気あいあいと楽しく、皆で感想を言いながら、おいしくいただきました。ご参加ありがとうございました。



ヘルスマイトさん講話の様子



料理の様子



試食の様子


代陽校区住民自治推進協議会

八代くま川祭り参加!

わっしょい!わっしょい!

8月5日(土)に第56回 八代くま川祭りが開催されました。
総踊りに参加された地域住民の皆様、協議会役員の皆様、一中PTAの皆様、代陽っ子クラブの皆様、交通安全協会の皆様、約36名が参加しおなじみの「八代音頭」や八代亜紀さんの「やつしろ よかところ よっといで♪」久しぶりの開催で盛り上がりました。参加された皆様、お疲れさまでした。

代陽小学校の皆様 受賞おめでとうございます!!



市民体育祭入賞報告

18回八代市民体育祭 剣道競技大会総合準優勝

市民体育祭の剣道競技大会において、代陽校区の代表は、小中学年生3位、高校・一般の部3位、総合準優勝の成績を収めました。

スポーツ協会からのお知らせ

10月8日(日) 校区民体育祭を開催します

8月18日(金)に開催された町内体育委員会で、校区民体育祭については、10月8日(日)に、昨年と同じく、午前中開催で行うこととなりました。詳細については10月の市報に合わせて体育祭プログラムを配布しお知らせします。

代陽スポーツ協会 令和5年度ペタンク大会報告

町内対抗ペタンク大会が7月26日、27日、28日の三日間、代陽小グラウンドで13町内28チームが参加し開催されました。

ペタンク競技は、1チーム3名で、4チームの総当たりで対戦し、金属の玉をそれぞれ6個もち、目標の赤い玉に相手より多く近づけて点数を競うものです。初心者でもコツをつかむと夢中になれる、誰にでも簡単にできるスポーツで、得失点差でパート毎に優勝を決めました。



ナイターでの開催ではありませんでしたが、暑い中、プレーも後半になると熱中して取り組まれ、一球投げては、歓声があがり、わきあいあいと楽しまれていました。

なお、当初予定していた24日と25日は、雨のため順延となりましたが、参加されたチームの皆さんや町内体育委員さんのお世話のおかげで無事開催することができました。大変お世話になりました。

- 26日 パート優勝 Aパート 北松江1A Bパート 本部A
- 27日 パート優勝 Aパート 袋町A Bパート 西松江2A
Cパート 西松江2B Dパート 西松江1
- 28日 パート優勝 Aパート 紺屋町C

こころの健康づくり講演会を開催します

【日時】10月5日(木) 19:00~20:30
【場所】桜十字ホールやつしろ(やつしろハーモニーホール)
【講演内容】知っておこう男女の更年期~自分らしく生きるために

更年期は、女性に限らず男性にも訪れます。だからこそ、更年期特有の不調や疾患をそのままにせず、こころやからだの変化を知り、どう向き合い対処していくかを学ぶことで、更年期を前向きにとらえ、乗り越えていけるように講演会を開催します。

【講師】春日クリニック 清田真由美 先生

【対象者】市民

【定員】100人

【参加費】無料

【申込方法】電話又はLOGOフォーム

【申込み・問合せ】健康推進課 地域保健係 TEL:52-5277



体力テスト 参加者募集!

体力年齢を
確かめて
みませんか?

令和5年9月28日(木)

18時30分受付 19時00分開始

会場：八代トヨオカ地建アリーナ 小アリーナ

募集人数 男女各50名程度 募集対象 市内在住、通勤、通学の20~79歳の方

測定項目 【共通】握力・上体起こし・長座体前屈
【20~64歳】反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび
【65~79歳】開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行
※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、変更になることがあります。
※データは八代市のスポーツ振興にも使わせていただきます。

持ち物 動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物等

申込方法 参加申込用紙に必要事項をご記入のうえ、八代市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ振興課)へご持参いただくか、メール、郵送またはFAXにてお申し込みください。右下のQRコードから申し込むことも可能です。
※当日参加も募集していますが、事前に参加人数を把握するためご協力をお願いいたします。



申込締切 令和5年9月22日(金)

八代市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ振興課) TEL:0965-33-4164

体力テスト 参加申込用紙

必要事項をご記入のうえ、令和5年9月22日(金)までに八代市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ振興課)へご持参いただくか、メール、郵送またはFAXにてお申し込みください。
※当日参加も募集していますが、事前に参加人数を把握するためご協力をお願いいたします。

申込日：令和5年 月 日

氏名				性別	男・女
住所	(〒)				
連絡先					
生年月日	昭和 平成	年	月	日	年齢 満 歳
備考					

※取得した個人情報は本事業の目的以外には使用しません。

申込用紙送付先

八代市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ振興課)
〒866-8601 八代市松江城町1-25 5F
TEL:0965-33-4164 FAX:0965-35-6700
EMAIL:sports@city.yatsushiro.lg.jp

健康づくりに取り組んでポイントをためて素敵な賞品を ゲットしよう!健康づくり応援ポイント参加者募集!!



健診(職場健診・人間ドック等も対象)をはじめ、日ごろの健康運動等の健康づくりへの積極的な取り組みにポイントが付与され、500ポイント以上貯めると賞品が当たる抽選に応募することができます。

【参加対象者】

八代市在住または勤務の18歳以上の人(学生を除く)

【参加方法】

- ① まず、健康づくり応援ポイント台紙をもらう
- ② 健康づくりに取り組んで500ポイント以上、ポイントをためる
《ポイント獲得期間》 令和5年2月~令和6年1月末
- ③ 500ポイント以上たまった台紙に必要事項を記入し、台紙の写真をインターネットで送る又は提出窓口に台紙を持参し、応募する。
《応募期間》 令和6年1月~令和6年2月末まで
*応募期間に所定の場所に台紙を提出された方には参加賞を差し上げます。

【抽選の賞品】 総勢360名に当たります。

- ・500~1000ポイント未満で 八代ごろよか商品券または市内道の駅商品券1,000円相当、ペア温泉券
- ・1000ポイント以上で 八代ごろよか商品券5千円・1万円相当、ペアお食事つき温泉券

*台紙配布、提出場所、ポイントの獲得方法など詳しくは八代市ホームページをご覧ください。



健康づくり応援ポイント詳細

【問合せ先】

八代市役所 健康推進課 成人健診係(八代市保健センター)
TEL32-7200