

令和7年
8月

千丁コミュニティセンターだより

八代市千丁町新牟田 1434 46-1720



※各予定等は変更・中止になる場合があります。詳細はそれぞれの団体にご確認ください。



8月予定表



日	曜	行事等	小学校 日課	日	曜	行事等	小学校 日課
1	金	【幼】夏季預かり保育(～23日)	—	18	月		—
2	土		—	19	火		—
3	日		—	20	水		—
4	月	夏休み	—	21	木	【和保】エコエト環境学習 (以上児)	—
5	火		—	22	金	【あ保】お誕生日会 【み保】ハッピーなかよしデー 【和保】お誕生日会	—
6	水		—	23	土		—
7	木		—	24	日	【小】PTA 愛校作業 6時～	—
8	金	【み保】プール納め	—	25	月	【幼】2学期始業式 【小】2学期始業式 【中】2学期始業式	特4
9	土		—	26	火	【中】3年進路対策テスト (～27日)	B5
10	日		—	27	水	【幼】園庭開放日 9:30 - 11:30	C5
11	月	山の日	—	28	木	【幼】親子クッキング	B5
12	火	【幼】閉庁日(～15日) 【小】閉庁日(～15日) 【中】閉庁日(～15日)	—	29	金	【み保】ハッピーなかよしデー 【中】くま川教室開級式	B5
13	水	【あ保】希望保育(～15日)	—	30	土		—
14	木		—	31	日		—
15	金		—				
16	土		—				
17	日		—				

小学校 終業時間 (参考)	A				B				C			
5時間	14:45	帰りの会	15:00		5時間	14:25	帰りの会	14:40	5時間	14:20	帰りの会	14:35
6時間	15:40	帰りの会	15:55		6時間	15:35			6時間	15:10	帰りの会	15:25

～お知らせ～



い草の里 納涼祭

開催
します!



8月23日(土)
午後6時(露店午後5:30～)

千丁コミュニティセンター駐車場

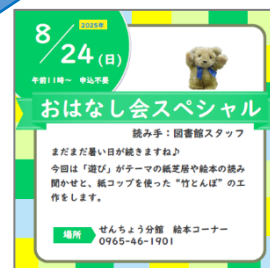
(雨天・荒天時：コミュニティセンター内)

ちくワンも
やってくるよ!

☆詳しくはチラシをご覧ください



せんちょう 図書館



【開館時間】

午前9時30分～午後6時まで【休館日】8/12(第2火曜日)

★詳細は電話やホームページ等でご確認くださいTEL46-1901

生涯自主講座 クラブ活動 予定



※各団体の代表の方は必ず千丁コミセンに利用申込みを申請されてください。(各予定等は変更になる場合があります。詳細はそれぞれの団体にご確認ください)

団体名	曜日 (週)	時間	生花クラブ	火(2・4)	13:00～ 16:00
コール・ グリーンフィールド	月(2・4)	13:30～ 15:30	千丁英会話 クラブ	水(毎)	19:30～ 21:30
シェイプアップ ダンス	火(3回)	10:00～ 12:00	千丁 オカリナクラブ	金(2・4)	13:30～ 15:30
茶道教室	火(1・3)	19:30～ 21:30	千丁太極拳 クラブ	土(2・4)	14:00～ 16:00

健康コラム とまみの畑



Vol.18 痩せているのに LDLコレステロールが 高い人いませんか？

LDLコレステロール(以下LDL-Cと記載します)には、肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ(運搬屋さんの)役割があります。量が多いと、利用されないまま血管壁の内側に蓄積されて動脈硬化の原因になるため、悪玉コレステロールとも呼ばれます。栄養バランスが乱れるとLDL-Cの値は高くなる傾向があります。

心当たりはありますか？

痩せているのに LDL-C が高い方の中には、遺伝が原因の場合があります。LDL-C が高くても自覚症状がないので、血液検査を受けないと判らず、発見が遅れがちです。

LDL-C が高い状態が長く続くと心筋梗塞や脳梗塞の発症リスクが高くなるため、早めの内服治療が必要です。そのため、早期発見・早期治療がとても大切です。



コレステロールについて、詳しくはこちらをご覧ください



健診を受けて
自分の値を
チェック！
血液検査で
確認しましょう

LDL-C 上昇の原因はいろいろ



栄養バランスの乱れ
マーガリン・乳製品・
洋菓子の食べ過ぎ！

遺伝

女性ホルモン
エストロゲン
の減少



こちらも放っておいては危険です

更年期に入り LDL-C 値が高くなっているかも！閉経によって女性ホルモンの分泌量が減少し、その材料であるコレステロールが以前ほど不必要になります。そのため血中に LDL-C が余ってしまい、上昇します。LDL-C が上昇しても自覚症状はありません。あなたは自分の LDL-C の値を知っていますか？

令和7年度 巡回健診のご案内

健診日：令和7年10月31日(金)

場所：八代市鏡支所2階

「けんしんルーム」

受付時間：午前7時～7時50分

健診内容・料金：

- 特定健診(40～74歳の国民健康保険加入の方) 500円
- 高齢者健診(75歳以上の方) 800円
※65歳以上75歳未満の方で後期高齢被保険者証をお持ちの方も対象になります。
- 肺がん・結核検診
(40歳以上の方) 500円
- 大腸がん検診
(40歳以上の方) 500円
- 前立腺がん検診
(50歳以上の男性) 700円

【問合せ先】

八代市保健センター 32-7200
鏡保健センター 52-5277



巡回健診をご希望の方は、事前にお申込みが必要です。保健センターに電話でお申込ください。

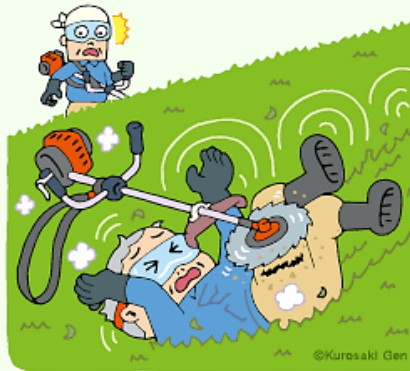
健(検)診は、健康づくり応援ポイントの対象です！



見守り 新鮮情報

事例1

自宅の裏山で刈払機を使用していた。斜面でバランスを崩し誤って刈払機が右大腿部(右の太もも)に当たった。右大腿部に長さ30センチの切創。(70歳代)



事例2

刈払機に挟まった草をエンジンは切らずに取るうとしたところ、刃が動いて左指趾(左手足の指)を切ってしまった。(60歳代)

刈払機に挟まった草をエンジンは切らずに取るうとしたところ、刃が動いて左指趾(左手足の指)を切ってしまった。(60歳代)

ひとこと助言



- 事故を防ぐために、長袖、長ズボンの作業衣、保護メガネ、防振手袋等、刈払作業に必要な服装を整えてから作業を行いましょう。
- 作業を中断する際は必ず刈払機のエンジンや電源を切りましょう。
- 刈払作業中の作業には近づかないようにしましょう。また、作業中は人が15メートル以内に近づいた際には作業を中断しましょう。
- キックバック(刈刃が障害物に接触し跳ね返ること)を避けるために、「往復刈り」や「大振り」はしないようにしましょう。

本イラスト：高崎 玄

見守り新鮮情報 第512号(2025年6月5日)発行：独立行政法人国民生活センター

24時間テレビ48愛は地球を救う「八代会場ご案内

テーマ「あなたのことを教えて」

8月30日(土)・8月31日(日) 全国一斉開催！



主 催：24時間テレビ「愛は地球を救う」八代会場実行委員会

※ 本事業は「24時間テレビ」草の根チャリティーネットワークに登録しています。

主 管：24時間テレビ八代ボランティア協力会

後 援：八代市・永川町・八代市教育委員会・永川町教育委員会・熊本県小中学校長会・

熊本県公立高等学校長会・熊本県私立中等高等学校協会・八代商工会議所・

八代広域行政事務組合・八代市社会福祉協議会・永川町社会福祉協議会・

永川町ボランティア活動推進協議会

協 賛：株式会社エフエムやつしろ・テレビやつしろ株式会社

募金会場のご案内

- | | |
|-------------|--|
| 〇桜十字ホールやつしろ | (23日【土】13:00～16:00) |
| 〇八代宮鳥居前 | (30日【土】10:30～20:00)(31日【日】10:30～18:00) |
| 〇イオン八代店 | (30日【土】10:30～20:00)(31日【日】10:30～20:00) |
| 〇永川町電北道の駅 | (30日【土】9:00～17:00)(31日【日】9:00～17:00) |
| 〇マルジョク日奈久店 | (30日【土】15:00～18:00) |

【公益社団法人24テレビチャリティー委員会 活動紹介】

「福祉車両」贈呈はもとより、オリンピック・パラリンピックに向けて、障害スポーツの「スポーツ用義足」の贈呈や障害バスケットボール用の「車椅子」の贈呈、盲導犬などの「身体障害者補助犬」の育成、海外(特にカンボジアやネパール)への医療・保健衛生の援助、地球環境保護活動にも力を注いでおり、全国で起こっている地震・水害に対し義援金を送ってまいりました。

ボランティアをご希望の方は

各自で感染防止対策を行い、ボランティア活動をお願いします。

氏名・年齢・所属(学校名等)・連絡先・活動時間・希望活動場所を記入の上050-3145-2692までFAXをお願いします。

わからないことがありましたら、お尋ねください。

(問合せ・連絡先)

(文書発送先)

24時間テレビ八代ボランティア協力会
〔常務副会長 兼 常任委員長〕 柴田 裕治
携帯 090-4585-1991

〒869-4791
八代郵便局 私書箱第5号
24時間テレビ八代ボランティア協力会
FAX 050-3145-2692