

令和7年(2025)

12月 代陽コミュニティセンターだより

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	月	19:00	会議室1
婦人会	分会長会	3	水	10:00	多目的室
民児協	例会	10	水	13:30	会議室1
代陽スポーツ協会	町内体育委員会	10	水	19:30	多目的室
	ファミリーグラウンドゴルフ大会	14	日	9:00	代陽小グラウンド
青少年指導員	街頭巡回指導	25	木	16:30	—
消防一分団	水利点検・消防訓練	7	日	9:00	—
消防二分団	水利点検・消防訓練	7	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	15	月	10:00	彦一会館
南松江町サロン	11	木	10:00	南松江ふれあい館
北松江町第一サロン	18	木	10:30	北松江町第一公民館
北松江町第二サロン	24	水	12:00	北松江町第二公民館
本町三丁目サロン	11	木	10:00	ひなたぼっこ
	25	木	10:00	本町3丁目ふれあいサロン
北荒神町サロン	別紙配布			
横手町サロン	13	土	11:00	三軒屋コミュニティセンター
鷹辻町サロン	22	月	13:30	宮嶋財団

【問合せ先】 八代市社会福祉協議会: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	2・9・16	火	13:30	多目的室
オカリナクラブ	13・27	土	13:30	多目的室
フレンド代陽	5・12・19・26	金	9:00	研修室B
ポピークラブ	5・12・19	金	13:30	大研修室
八代吹奏楽愛好会	13・27	土	19:00	多目的室
合唱団からたち	5	金	19:30	研修室A
	12・19	金	19:30	多目的室
代陽囲碁愛好会	6・13・20・27	土	13:00	会議室1
うたそら	10	水	19:15	研修室A
	17	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	17・24	水	14:00	研修室B

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	14・28	日	10:00	研修室B
カラオケ	2・16	火	10:00	多目的室
合唱	—	—	—	—
民謡	4・18	木	10:00	多目的室
生涯学習	12・26	金	10:00	多目的室
社交ダンス	13・20	土	9:00	多目的室
俳句	9	火	13:00	会議室1
短歌	4・18	木	13:30	会議室1
吟詠	5・19	金	13:30	会議室1
パソコン	14・28	日	13:30	会議室1
3B体操	3・10	水	14:00	研修室B
友愛クラブ	15	月	13:00	研修室A

【問合せ先】 八代市老人クラブ連合会事務局:35-8448

代陽幼稚園

日	曜	行 事	予 定
3	水	生活発表会 リハーサル	
10	水	生活発表会	
12	金	避難訓練(火災) 防火パレード	
16	火	未就園児体験入園 もちつき準備	
17	水	もちつき	
18	木	市立図書館利用日	
19	金	誕生会 おたのしみ子ども会	
22	月	クリスマスコンサート	
23	火	給食終わり 個人面談	
24	水	終業式	

代陽小学校

日	曜	行 事	予 定
1	月	県(市)学力調査～2日	
4	木	教育相談(～22日) 4年社会科見学	
11	木	修学旅行～12日	
18	木	3年社会科見学	
19	金	6年球技大会	
24	水	終業式 大掃除	

八代第一中学校

日	曜	行 事	予 定
3	水	市学力調査・生徒会任命式	
4	木	薬物乱用防止教室	
5	金	授業参観・学級懇談会	
10	水	中間テスト(1・2年)～11日	
15	月	2年助産師出前授業	
16	火	命の教育講演会	
17	水	書写大会	
18	木	生徒議会	
23	火	生徒会新旧交代式	
24	水	大掃除・終業式	

【1月の予定】 8日(木)始業式・実力テスト～9日
26日(月)3年後期期末テスト～28日
27日(火)2年修学旅行～29日

※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。

※代陽スマイルひろば※

月に1回、コミュニティセンター和室にて開催！！

地域の方も利用できる『子育てひろば』をひらいています。子育ての相談や、手作りおもちゃ制作などができます。

【12月の開催日】 12月25日(木)10:00～11:30

※お気軽に下記の連絡先にてお問い合わせください。

八代市南部子育て支援センター(ひので保育園内)

連絡先:0965-33-2393

紙面の都合上、掲載できないお知らせもあります。
掲載を希望される方は、毎月20日までにご連絡下さい。

【発行】 代陽コミュニティセンター TEL/FAX 31-5507

代陽校区住民自治推進協議会事務局からのお知らせ

代陽校区住民自治推進協議会”事務員を募集”します！！

■主な職務内容

主な業務		主な業務内容
①	コミュニティセンター受付業務	会議室等の貸出受付及び使用料徴収 オンライン入力作業
②	コミュニティセンター清掃業務	コミュニティセンター館内及び外構 清掃等・館内トイレ清掃
③	本協議会事務支援	イベント準備補助・会議室資料印刷等
④	学校体育館受付業務	学校体育館貸出受付及び使用料徴収 オンライン入力作業
⑤	代陽小学校グラウンド受付業務	学校グラウンドの貸出受付及び使用料徴収 オンライン入力作業
⑥	学校体育館・グラウンドの鍵の管理	貸出/返却業務・鍵の貸出簿記入
⑦	その他コミュニティセンター運営業務	ポスターやチラシ等の掲示・コミュニティセンター だよりの作成・印刷・仕分け作業

※申し込み書等、詳細については、『コミュニティセンターだより1月号』にて
にて掲載致します。

【問合せ】代陽校区住民自治推進協議会事務局 宮村

TEL/FAX:(0965)31-6006

代陽コミュニティセンター 鬼塚

TEL/FAX:(0965)31-5507



市民活動団体の未来をつくる

人材育成セミナー ～仲間の輪をひろげるヒント～ を開催します！

日時:令和8年1月25日(日) 午前10時～午前11時30分

会場:八代市役所3階 301・302会議室

内容:役員が高齢化していて今後の活動が不安、会員が増えない、イベントに人が集まらないなどの課題の解決のヒントを見つけるセミナーです。

対象:NPO やボランティア団体、地域で活動する団体・個人、興味関心のある方などなたでも

定員:30名程度(申込順)

参加費:無料

申込期限:1月19日(月)

【申込み・問合せ】 八代市役所 市民活動政策課

メール:shiminkatsu@city.yatsushiro.lg.jp

TEL:0965-33-4482 FAX:0965-33-5033

“暮らしに役立つ情報満載”

「2026年版市民手帳」を販売します
取り置き・予約販売はしておりません。

販売期間 12月1日(月)～令和8年1月30日(金)まで

価 格 1冊 710円(消費税込み、現金販売)

販売場所 文書統計課(市役所3階)

各支所地域振興課

色 カラーデザインきせかえ(4種類付き)

サ イ ズ 長方形(9.2cm×17cm)

内 容 ★コンパクトに書ける予定表

★ミニ知識として便利な統計情報

★各種届出、各種証明書類の請求方法

★八代市のイベントカレンダー

★県内の観光マップや特産品情報 など

問 合 せ 文書統計課 ☎ 33-4174、各支所地域振興課



代陽校区福祉推進協議会

大人の健康栄養料理教室を開催しました！！

令和7年11月12日(水)に代陽コミュニティセンターで大人の健康栄養料理教室を行い、参加者17名、ヘルスメイト9名、計26名の参加がありました。

班ごとに分かれ、ヘルスメイトさんより「健康寿命を延ばそう」の講話がありました。

※健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間(介護が不要な健康な期間)のことです。

○メタボを予防しましょう

・減塩を心がけて高血圧を予防しましょう。

・適性体重を維持して糖尿病を予防しましょう。

○フレイルを予防しましょう

・食 事・・・エネルギーとたんぱく質をしっかりとって低栄養を予防しましょう。

・運 動・・・運動は筋肉の発達だけでなく食欲や心の健康にも影響します。

・社会参加・・・趣味やボランティアなどに参加することは、認知機能低下の予防に効果的です。



調理では、ヘルスメイトさんご指導のもと「鯖そぼろビビンバ」・「長いもとほっこりスープ」・「豆腐入り梅が枝餅」を調理しました。調理後、試食前に飲み込む力をアップするため「ゴックン体操」の体や口の体操を皆で行い、料理を美味しくいただきました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



開会式挨拶



講 話 ①



★料理風景★



講 話 ②



★試食風景★



★料 理★

代陽校区民生委員・児童委員協議会広報部

代陽校区民生委員・児童委員の紹介

令和7年12月1日、校区の18名に厚生労働大臣より委嘱状が八代市を通して交付されました。民生委員・児童委員は福祉の面における市民と行政との架け橋となる大切な役です。悩みや相談などありましたら何でも気軽に相談下さい。

担当地区	氏 名	担当地区	氏 名
出町	立尾 英治	北松江町第2の南	淵上 のぶ子
通町・鷹辻町	山川 敏光	北松江町第2の北	寺田 基一郎
宮之町・袋小路・袋町	中山 潔	横手町	小寺 ユミ子
本町1丁目・二之町	釘谷 佳子	千仏町・南松江町第1	※未定
本町2丁目・中島町	赤城 義晋	南松江町第2	※未定
本町3丁目・徳淵・淵原	田中 博	西松江城町第2の1	西村 洋子
紺屋町	葉山 よし子	西松江城町第2の2	中村 龍男
長町・東・西松江城町第1	直江 扶美枝	北荒神町	坂田 憲史
北松江町第1の1	蒲生 正人	主任児童委員	宮崎 明子
北松江町第1の2・興国町	松高 愛子	主任児童委員	多武 祐子

※令和7年12月1日現在 敬称略

新メンバーも加えて校区のために頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

令和7年度ひとり金婚表彰を実施します

●対象

- ① 昭和50年1月1日～昭和50年12月31日までに結婚又は婚姻された人のうち、配偶者と死別され、その後再婚していない人
- ② 昭和49年以前に結婚又は婚姻された人のうち、配偶者と死別され、その後再婚していない人(これまでに金婚夫婦表彰又はひとり金婚表彰を受けた人は除きます)

●申込方法

申込場所に設置してある「八代市ひとり金婚夫婦表彰申込書」に記入し提出してください。

●申込場所

高齢者支援課(本庁舎1階)、各支所地域振興課、各コミュニティセンター

●申込期間

令和7年12月1日(月)～令和8年1月9日(金)

●問合せ先 高齢者支援課高齢者福祉係 ☎33-4436

2025年度図書館講座



伊藤左千夫の名作『野菊の墓』から

～民子を表現した「野菊のような人」の野菊とは?～

12月13日(土) 13:30～

講師：富田 寿人 氏(八代植物友の会会長)

場所：市立図書館 本館 2階大集会室

定員：一般(高校生以上) 40名(要申込・先着順)

申込方法：HP・電話・窓口

【年末年始休館日のお知らせ】

12月30日(火)～1月3日(土)

※返却ポストも利用できません

☎本館 0965-32-3385



見守り新鮮情報

数年前ショッピングモールで勧誘されてクレジットカードを作った。利用明細はオンラインで確認するようだったが、スマホが苦手なので見ていなかった。最近、クレジットカードを使っていないのに毎月一定額の引き落としがあることに気づいた。カード会社に問い合わせると「申し込み時からリボ払いになっており、残債が18万円ある」と言われた。リボ払いにした覚えはなく、手数料を支払いたくない。(60歳代)



利用明細は必ず確認！ 意図せぬリボ払いに注意

ひとこと助言

ウェブ明細でもちゃんと見よう



見守るくん

- リボ払い(リボ払い)は、利用金額や回数にかかわらず、あらかじめ設定した一定の金額を毎月支払うクレジットカードの支払方法です。月々の支払額を一定に抑えることができますが、支払いが長期化し手数料がかさむことがあります。
- 特に、リボ専用カードや自動リボ設定されているカードは、利用の際に「一括払い」と告げても自動的にリボ払いになります。カード申込みの際は、よく確認しましょう。
- 利用明細を確認することで、毎月の支払残高や支払額(手数料)などがいくらになるのかが分かるため、意図せずリボ払いになっていくことに早く気づけます。利用明細は必ず毎月確認し、不明な点があれば、すぐにカード会社に連絡しましょう。
- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

本文イラスト：岡崎 玄

見守り新鮮情報 第524号(2025年10月23日)発行：独立行政法人国民生活センター