令和８年（2026）

８月　代陽コミュニティセンターだより

※7月20日現在の予定です。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。

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

代陽校区行事予定

団体名	内容	日	曜	時間	場　所
町内会長協議会	例会	17	月	19:00	会議室1
婦人会	分会長会	5	水	10:00	多目的室
民児協	例会	5	水	13:30	会議室1
代陽スポーツ協会	町内体育委員会	25	火	19:30	多目的室
青少年指導員	街頭巡回指導	25	火	16:30	―
消防一分団	水利点検・消防訓練	2	日	9:00	―
消防二分団	水利点検・消防訓練	2	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	土	10:00	彦一会館
南松江町サロン	休　み			―
北松江町第一サロン	18	火	10:30	北松江町第一公民館
北松江町第二サロン	休　み			―
本町三丁目サロン	27	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	8	土	10:00	三軒屋コミュニティセンター
鷹辻町サロン	24	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	休　み	―	―	―
SUNSUNオカリナ	8	土	13:00	多目的室
	22	土	9:00	会議室1
フレンド代陽	7・21・28	金	9:00	研修室B
ポピークラブ	休　み	―	―	―
八代吹奏楽愛好会	8・22	土	18:30	多目的室
合唱団からたち	7・21・28	金	19:30	多目的室
代陽囲碁愛好会	1・8・15・22・29	土	13:00	会議室1
うたそら	19・26	水	19:15	多目的室
フローレンス	1・8・22・29	土	13:00	研修室A

婦人学級活動予定

学級名	日	曜	時間	場　所
3B体操	19・26	水	14:00	研修室B

※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や制作などができます。

【8 月の開催日】 8月27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

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	9・23	日	10:00	研修室B
カラオケ	4・18	火	10:00	多目的室
合唱	5	水	19:15	多目的室
民謡	6・20	木	10:00	多目的室
生涯学習	休　み	―	―	―
社交ダンス	8・22	土	9:00	多目的室
俳句	25	火	13:00	会議室1
短歌	休　み	―	―	―
吟詠	7・21	金	13:30	多目的室
パソコン	9・23	日	13:00	会議室1
3B体操	5	水	14:00	研修室B
友愛クラブ	3・17	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

やつしろ元気体操教室活動予定

教室名	日	曜	時間	場　所
元気体操	6・20・27	木	13:00	多目的室・和室

【問合せ先】 八代市第4地域包括支援センター：37－3337

代陽小学校

日	曜	行　事　予　定
28	金	始業式
31	月	身体測定1年　委員会活動

八代第一中学校

日	曜	行　事　予　定
7	金	全国中体連激励会
19	水	全国中学校大会（～25日）
20	木	登校日（1～3年）
28	金	始業式
31	月	体育大会練習開始

【9月の予定】
16日(水)　体育大会予行
17日(木)　振替休業日
18日(金)　体育大会準備
19日(土)　体育大会
20日(日)　予備日1　　24日(木)　予備日2　弁当の日
30日(水)　前期期末テスト

第 28 回さわやかヤングステージ

第 76 回“社会を明るくする運動”の一環で開催しています。
市内の園児や中高生などが出演しますので、お気軽にお越しください。

日時　令和８年8月22日（土）12:50~
場所　桜十字ホールやつしろ
料金　無料

問合せ先　八代市人権政策課 青少年室　３０－１７０１

地域学校協働活動をご存じですか？

地域学校協働活動は、学校と地域が連携・協働し、子どもたちの学びや成長を支える取組です。

市内の各小・中・特別支援学校で、授業補助、登下校の見守り、体験活動補助、読み聞かせ、校内活動支援など、各学校の実情に応じた活動に地域の方々がサポートに携っていただいています。

活動の様子は、市ホームページや Instagram で詳しく紹介しています！ぜひご覧ください！


授業サポート


読み聞かせ


見守り活動


職業講話

★活動の様子はこちらから★

市ホームページ
取組内容を掲載



Instagram
活動の様子を発信中

@YT8246SYOGAI

この記事のお問い合わせは：八代市教育委員会 生涯学習課(TEL:0965-30-1110)

令和8年度巡回健診のご案内

健　診　日：令和８年８月19日（水曜日）
場　　所：代陽コミュニティセンター
受付時間：午前10時30分～11時20分
健診内容・料金：●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

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。



Health support point 八代市

健(検)診は、健康づくり応援ポイントの対象です！

申込･問合せ先：八代市保健センター　32－7200

募金とボランティア募集のお願い

24時間テレビ49愛は地球を救う」八代会場ご案内

今年のテーマ「わたしの家族の話～あなたは誰を想う？～」

8月29日（土）・8月30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・氷川町・八代市教育委員会・氷川町教育委員会・熊本県小中学校長会・熊本県公立高等学校長会・熊本県私立中学高等学校協会・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・氷川町社会福祉協議会・八代市PTA連絡協議会・氷川町ボランティア連絡協議会
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

募金会場のご紹介

○桜十字ホールやつしろ　（22日【土】13:00～16:00）　※さわやかヤングステージ
○イオン八代店　（29日【土】10:30～20:00）（30日【日】10:30～20:00）
○氷川町竜北道の駅　（29日【土】 9:00～17:00）（30日【日】 9:00～17:00）
○マルショク日奈久店　（29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）
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

（文書発送先）
〒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

代陽校区民生委員・児童委員協議会　広報部

私と民生委員

町内会長から、民生委員にならないかと勧められ、なにも考えず引き受けました。仕事をしながらでしたので職場に相談し、土日に仕事をして平日に休みを取り、活動を始めました。

活動の始めは、簡単にはいかない問題がたくさんあり、熊本地震がおきた時は、安否確認、避難所への送迎など、職場にも理解して頂きながらの大変な活動でした。

しだいに、見守り対象の女性の方が施設に入所したり、別の問題も地域包括支援センターに引き継いだりするうちに、形が見えるようになり、活動にも慣れたことを感じました。

職場には活動に理解を頂いて、とても感謝しました。仕事をしていても民生委員の活動はできると自信を持って言えるようになりました。

健康コラム　とまみの畑

Vol.22　見逃していませんか？高血圧の初期サイン！

特定健診後の保健指導で、40代～50代の方から下の血圧は高めですが上の血圧は低いので大丈夫ですよね？と質問をいただきました。

実は下の血圧が高いのはこれから起こる動脈硬化の初期サインかもしれません。上の血圧が正常でも、下の血圧が高い人は、まだ血管が柔らかい状態ですが、そのままにしておくと血管が傷つき弾力性がなくなり、動脈硬化が進行し上の血圧も上昇します。そして、動脈硬化は脳卒中や心筋梗塞など命にかかわる重大な病気を引き起こすリスクが高まります。

下の血圧が上がる主な要因としては、**遺伝・肥満・塩分の多い食事・睡眠不足（睡眠時無呼吸症候群の方を含む）・ストレス・喫煙**などです。下の血圧が高い人はまだ血管が柔らかいので大丈夫と考えるのではなく、「今」がチャンスと考え、生活改善に取り組みましょう。

健診結果の下の血圧が高い状態は高血圧の初期サインです！体からのサインを見逃さないようにしましょう。正常な血圧を目指して、まずは、できることから少しずつ生活習慣を見直してみませんか。



健康な体の目安（正常血圧）は、
収縮期血圧 120mmHg／拡張期血圧 80mmHg以下です。
下の血圧もチェックしましょう！

防災アップデート講座

日　　時	**9月1日**(火)　**9:30~11:30**
場　　所	八代市公民館　会議室（A・B）
内　　容	熊本地震の振り返り、現在の地震の発生状況、新しい考え方（世界の基準、0次防災、反省点や解釈違い）、備品や持ち出し物の確認、自身が取るべき行動などを学びます。
講　　師	隅川　勝則（防災アドバイザー・防災士）
対 象 者	市内居住者または通勤通学者
定　　員	30人（申込多数の場合は抽選）
受 講 料	個人500円、グループ、団体(3人以上10人以下) 1，500円
申込方法	1.申込フォーム（QRコードより） 2.はがき・FAX・メールに、①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな) ⑤年齢⑥電話番号を記入し申し込み
申込締切	令和**8**年**8**月**16**日(日)まで
申込み・問合せ	生涯学習課 〒869-4703 千丁町新牟田1433 ☎30-1110　FAX 30-1120

▲ホームページQRコード

ホームページのURL
https://www.city.yatsushiro.lg.jp/kiji00326320/index.html

見守り新鮮情報　電子レンジは正しく使いましょう



事例1　**冷凍食品**のピラフを電子レンジで**温め**ていたら袋の端が**燃え出した**。すぐに消したので大事には至らなかったが情報提供する。（60歳代）

事例2　配偶者亡き後、自炊するようになった。電子レンジで**ゆで卵**を加熱すると**破裂**した。ゆで卵を電子レンジで**加熱してはいけない**ことを初めて知った。（80歳代）

©Kurosaki Gen

リチウムイオン電池が使われています



※リチウムイオン電池が使用されている製品例
（この他にも、充電できるものや電源につながなくても動く・光るなどするものには、リチウムイオン電池が使われている可能性があります。）

こんな事故が起こっています

店舗の駐車場で、炎天下の乗用車のダッシュボード上にモバイルバッテリーを置いていたところ、火災が発生した。

電車内で、リュックサックに入れていたモバイルバッテリーから火災が発生し、2名が軽傷を負った。モバイルバッテリーはリュックサックに入れたまま、日中、炎天下に置かれていた。





携帯用扇風機を使用中、床に落とした。数分後煙が出て焦げ臭くなり、破裂音がした。

昨夜、雨に濡れたモバイルバッテリーをビニール袋に入れ、机上に放置した。今朝見るとバッテリーが黒ずみ、ビニールが溶け、机の表面が焦げていた。

※上記事故事例は、消費者庁が独立行政法人国民生活センターと連携して運用している事故情報データバンクに寄せられた情報です。
なお、事故情報データバンクに寄せられた情報には、事実関係及び因果関係が確認されていないものも含みます。

気をつけよう！

- ○ **高温環境**下での**放置**は厳禁
- ○ 強い**衝撃**や**圧力**、**水濡れ**に注意
- ○ **充電時**の**安全確保**
- ○ **異常**を感じたら**使用中止**
- ○ 廃棄時は**正しい廃棄方法**を**確認**

リチウムイオン電池に関する注意事項などの詳細情報はこちら
→リチウムイオン電池総合対策ポータルサイト
https://www.fdma.go.jp/relocation/lithium-ion/

令和8年7月2日