

令和8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

千丁町 R8 年 7/1 現在（前月比）
【世帯数】3,062 世帯(-4)
【人　口】7,209 人（-5）
（男）3,418 人（-5）
（女）3,791 人（±0）

日	曜	行事等	小学校日課
1	土		—
2	日		—
3	月		—
4	火		—
5	水		—
6	木		—
7	金	【み保】プール遊び終了 【和保】お誕生日会	—
8	土		—
9	日		—
10	月		—
11	火	山の日	—
12	水	【和保】希望保育（～15 日）	—
13	木	【あ保】お盆期間中希望保育（～15 日）	—
14	金		—
15	土		—
16	日		—
17	月		—
18	火		—
19	水	【中】1･2 年登校日	—
20	木		—
21	金	【み保】ハッピーなかよしデー	—
22	土	い草の里納涼祭	—
23	日	【小】PTA 愛校作業	—
24	月		—
25	火	【中】3年登校日	—
26	水		—
27	木		—
28	金	【小】2 学期始業式 【中】2 学期始業式	—
29	土		—
30	日		—
31	月		—











※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。

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

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】
8/11
（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。

千丁校区まちづくり協議会



納涼祭

開催します！



8月 22 日(土)

午後 5 時(露店午後 4:30～)



場所：千丁いぐさの里公園（小雨決行）



詳しくはチラシをご覧ください

楽しい催しがいっぱいです！みんなで来てね！！



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	時間	生花クラブ	火	13：00～16：00
コール・グリーンフィールド	月	13：30～15：30	千丁英会話クラブ	水	19：30～21：30
シェイプアップダンス	火	10：00～12：00	千丁太極拳クラブ	水	14：00～16：00
茶道教室	火 土	夜間 午後	千丁オカリナクラブ	金	13：30～15：30

令和８年度巡回健診のご案内

【健診日】　令和８年８月18日(火曜日)
【場　所】　八代市鏡支所
【受付時間】午前10時30分～11時20分
【健診内容】●肺がん･結核検診(40歳以上の方)
　　●大腸がん検診(40歳以上の方)
【料　金】　各500円
【問合せ】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。

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！

地域学校協働活動をご存知ですか？

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！

【問合せ】八代市教育委員会　生涯学習課
（TEL:0965-30-1110）



－★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



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！



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。）

スマートフォンやモバイルバッテリーなどのリチウムイオン電池使用製品を炎天下の車内などの高温環境下に放置すると、発火することがあり危険です。

消費者庁　総務省消防庁　国土交通省　経済産業省　環境省

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



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