



# 旭だより



発行：旭行政区長 編集：旭行政区広報部 2019年12月1日号

## 【区長から皆さまへ】

区長 筑尾 彰二

令和元年も師走を迎える季節になりました。

寒さは一段と厳しくなりますから自分の身は自分で守ってください。

- ・年末の特別警戒巡回パトロールを実施しますが、皆様で犯罪を事前に防いで下さい。（空き巣、自転車無施錠、痴漢、火事、交通事故等）
- ・お酒を飲む機会が増えると思います。くれぐれも酒に飲まれないように！
- ・12月1日より12月10日まで年末交通安全週間です。  
立哨の方々宜しくお願い致します。
- ・赤い羽根募金有難うございました。（4万円程度集まりました）
- ・1月26日新春マラソンに参加して下さい。参加者が足りていません。
- ・12月22日集会所大掃除、12月28日門松づくり。新年を迎える準備をします。  
皆様にとって来年がよい年になりますよう祈願し、今年最後のご挨拶とします。

### ＜12月の行事＞

*三好丘コミュニティ評議員会	丘集会所	14日（土）13時30分
*旭集会所 大掃除	旭集会所	22日（日）9時
*門松づくり	旭集会所	28日（土）8時

### ＜連絡事項＞

1. 旭の家 耐震工事のため11月25日より仮囲い実施。
2. 犬の離し散歩は止めてください。まだ見かけます。（公園内）
3. ゴミは指定日に捨ててください。（マンションで気になるところがあります）
4. 旭集会所でのアルミ缶（空き缶）の回収方法が変わりました。

（洗ってつぶさずに、集会所裏に設置してある透明のビニール袋に入れてください）

「自転車の無灯は危険！自転車に乗ってのスマートフォン使用は危険！」

2点とも事故多発！気をつけましょう。

まだまだ、守られていません。特に塾に通っている子どもたち。

遊歩道を歩くときは明かりをつけてください、不審者がうろついています。

旭集会所一休館日

12月28日～1月5日

令和元年12月になりました。旭いきいきクラブの年齢階層別の表を作ってみました。75～79才が25人、80～84才が19人。健康な100才までにはまだ時間があります。

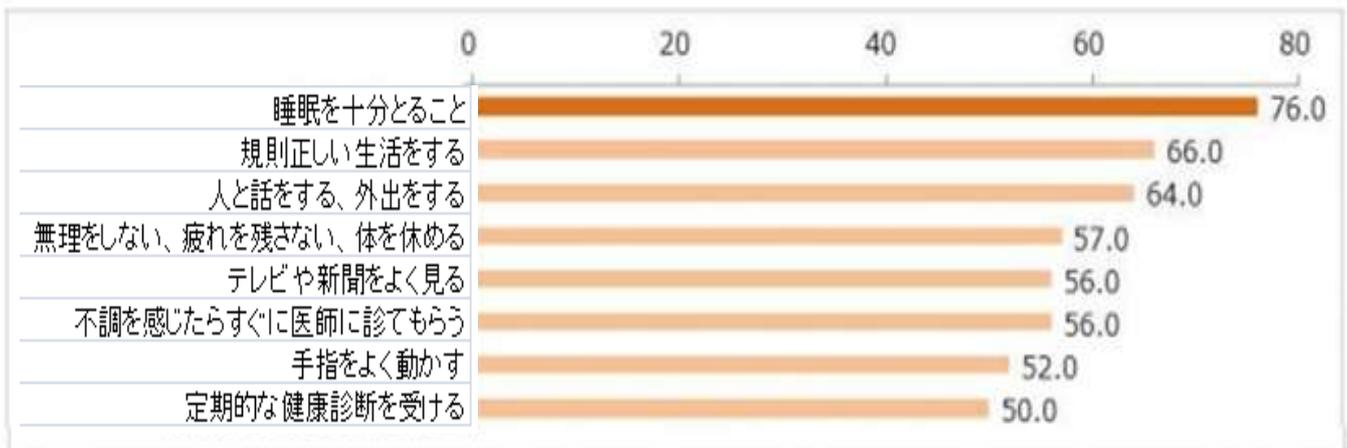


「100歳まで楽しく歩こうプロジェクト」が、元気な100歳の人100人にアンケートを行ったところ、健康の秘訣は

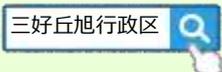
●最も健康・体力維持のために役立っていることは、「体を動かす」62%、『健康維持や体力維持のために最も役立っていること』を聞いたところ、「クラブサークルで週1回の体操。朝、夜に体操を日課にしている。少しでも必ず外に出て歩く」（東京都／100歳／男性）、年齢が上がると行動範囲が狭くなりますが、自分の力で歩けるよう、ほぼ毎日散歩をし、足が弱らないよう努力をしている」（埼玉県／100歳／女性）、「好きなゲートボールをはじめ、草取りなど手足を使い動かしている」（栃木県／103歳／女性）など、体を動かすことが健康維持に最もつながっているという回答が62%でした。

また、食事面・生活面に分けて『日常的に心がけていること』を聞いたところ、食事面では「三食欠かさず食べる」84%、生活面では「睡眠を十分にとる」76%が最も多い回答とのこと。

### 元気な100歳の方が日常的に心がけていること（生活面）



三好丘旭行政区ホームページ



<https://myooka-asa.jimdofree.com>

TEL: 36-0566 FAX: 78-1781 Email: myooka-a@hm7.aitai.ne.jp

## 【児童厚生員だより】

### ☆クリスマスリース作り(無料)

三好丘周辺で集めたつるや木の実などの自然素材を使ってリース作りをします。旭にお住まいの萩野さんに教えていただきます。

日にち：12月7日(土)

時間：午後1時30分～4時30分

対象：小中学生

場所：旭集会所ホール

持ち物：作品を持ち帰る袋

あれば剪定ばさみ

(けがをしないように持参)

汚れてもよい服装

参加申し込みは旭集会所へ連絡して下さい。

### 12月カレンダー(×の日は休館日です)

日	月	火	水	木	金	土
×1	2	3	4	5	6	※7
8	9	10	11	12	13	×14
×15	16	17	18	19	20	×21
×22	23	24	25	26	27	×28
×29	×30	×31				

※7日は参加申し込みした人のみの利用となります。

※年始のお休みは1/5(日)までです。



### ☆年末大掃除

日にち：12月22日(日)

時間：午前9時～大掃除

※掃除が終わったらおやつを配ります。保護者の方もお手伝いしていただけると助かります。

### ☆将棋にチャレンジへの参加募集

12月20日(金)までに旭集会所へ申し込んでください。募集人数は10名程度です。

日にち：12月24日(火)

時間：午後1時～3時30分まで

対象：小中学生(駒の並べ方と動かし方を知っている方)

場所：旭集会所和室



### ☆映画会

日にち：12月27日(金)

時間：午後3時～

場所：旭集会所ホール

## 【12月の予定】

### (1) 年末交通安全県民運動(立哨)

[期間] 12月1日(日)～12月10日(火)

[場所] 丘中東交差点、ファミリーマート交差点、4丁目交差点、刑務所東交差点

### (2) 集会所門松づくり

[日時] 12月28日(土) 8時～

## 【子ども会だより】

11月3日さんさんの郷にて、みよし市子ども会まつりが開かれました。

無料で輪投げやスーパーボールすくいなどのゲームができ、景品や参加賞もあるため、たくさんの子どもたちが集まり大盛況でした。天気も良く、同時開催の産業フェスタも楽しめ、子どもも大人も満足できるイベントだったと思います。

来月はクリスマスイベントで、陶磁美術館での絵付けとモリコロパークでのスケート体験を企画しています。ケガなく、思いっきり楽しんでほしいと思います。



## 【11月の行事報告】

### 第2回市内一斉環境美化の日(ゴミゼロ)

11月10日(日)環境美化活動にご参加いただき、ありがとうございました。



## 【セアカゴケグモにご注意】

夏に三好丘緑地内で、セアカゴケグモの生息が確認されたようです。

その後、11月上旬に緑地の側溝を調べた方から、「母グモや卵のうが見つかった」と情報提供がありました。

小さな子を側溝周辺で遊ばせないとか枯葉を素手で触らない等の注意が必要です。

環境省や、みよし市のホームページにも万が一咬まれたときの処置方法等が載っていますので、詳しくはそちらにてご確認ください。



母グモと卵のう4個