



市運動普及推進委員養成講座 運動ボランティア養成講座



市では地域で運動を通じた健康づくりや介護予防の普及・定着を行う運動ボランティア(運動普及推進委員)を養成しています。

回 11月19日、12月10・17・24日、1月14・21日(木)全6回 午後1時半～4時
場 白根健康福祉センター 内容 概ね70歳以下で継続して活動する体力のある人
先着20人 内容 講話、地域の健康施策や運動普及推進委員の活動、健康づくりの
ための効果的な運動、レクリエーションなど

※全コースの8割以上の出席者に修了証書を交付。修了後は運動推進普及員としてボランティア活動への参加をお願いします

回 11月2日(月)までに健康福祉課 ☎372-6385



文化の秋・芸術の秋 区内の文化祭・芸術祭

名称	日にち	時間	会場
大通秋まつり	10/18(日)	9:00～13:30	大通地域生活センター
月瀧地区文化祭	10/25(日)	9:00～15:00	月瀧農村環境改善センター
庄瀬地区文化祭	10/31(土)	10:00～11:30	庄瀬小学校
新飯田地区芸術祭	11/ 1(日)	9:00～15:00	新飯田地域生活センター

場 白根地区公民館 ☎372-5533

詐欺にだまされない心得 ～特殊詐欺に注意！～



- 家の電話を留守番電話に設定しておく
- 家族との会話を増やす
- 判断がつかない時は一人で判断せず、家族や警察、区役所に相談する

電話の相手が息子、市役所職員、警察官を名乗っても、お金が絡む話をしたら、一旦電話を切り、家族や最寄りの警察所・区役所に相談するなど落ち着いて行動しましょう。 場 地域総務課 ☎372-6145



9月の「南区の実りをいただく日」

新飯田保育園での活動



「みんなでポップコーンが食べたい」という思いで、5月にトモロコシの苗を植え、夏の暑い日も水やりを頑張りました。4・5歳児が収穫し、窓辺につるして実がカチカチになるまで乾燥させました。全園児で一粒一粒実を取り、いよいよ9月のこの日に食べてみることに！職員も子どもたちもドキドキしながらフライパンに注目。耳を澄ませてじっと待つこと数分…ポーン！

と実がはじけた瞬間、子どもたちの笑顔も一緒ににはじけました。みんなで育てたポップコーン、格別においしかったです！

お知らせ

南区役所 ☎373-1000(代)

味方・月瀧出張所へもつながります

区役所関係の問い合わせ先は、各係の直通番号です。時間外および閉庁時は代表電話にご連絡ください。

公民館からのお知らせ

南区公民館定期利用団体説明会

対象公民館	日にち	時間
白根地区公民館	10/27(火)	午後7時から
味方地区公民館	11/12(木)	
月瀧地区公民館	11月中に窓口で随時説明	

場 各公民館 内容 公民館の定期利用についての説明会 内容 来年度に白根・味方・月瀧地区公民館の定期利用を希望する団体
場 当日直接会場へ
場 白根地区公民館 ☎372-5533
味方地区公民館 ☎373-4788
月瀧地区公民館 ☎375-1050

相談

弁護士の無料法律相談

回 11月11・25(水) 午後1時15分～4時15分 場 南区役所 内容 土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 内容 先着6人※1人30分 回 10月20日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

生活

下水道の接続をお願いします

下水道は、処理場で汚水を処理するため、宅地周辺の悪臭などがなく、環境にやさしく衛生的です。下水道処理開始区域にお住まいでまだ接続していない人

は、早急に接続をお願いします。 場 西部地域下水道事務所 ☎370-6372

催し

市資源再生センター エコプラザ 講座

回 10月21日(水)から同センター 段ボールコンポストでたい肥づくり&炭の活用講座 ♣

回 11月8日(日) 午前10時～正午 場 白根学習館 内容 18歳以上 先着8人 ペットボトルで万華鏡づくり ♣

回 11月22日(日) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時 場 白根学習館 内容 小学生とその保護者 各回先着6組12人 場 300円

味方穀倉祭の中止

11月1日に予定していた「味方穀倉祭」は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。 場 味方出張所 ☎372-6805

市民の 情報掲示板

掲載を希望する場合は、12月20日号は11月25日(水)まで、1月3日号は12月2日(水)までに、掲載依頼票を提出してください(FAX可)。依頼票は南区役所ホームページ(本紙表紙参照)でダウンロードすることができます。※掲載は原則1回のみ

●県カウンセリング協会 家族ケアの会 無料カウンセリング

回 11月3日(火・祝) 午前9時から11月4日(水) 午前0時 場 クロスパルにいがた 内容 困夫婦、家族、仕事、転職、人間関係などさまざまな悩みに心理カウンセラーが応じます。相談時間1人50分

内容 先着10人 場 電話で家族ケアの会 ☎090-3210-0051

まちの話題 介護、看護の仕事を知りました!

9月11日に根岸小学校6年生29人が、介護・看護の専門家から出前授業を受けました。前半は地域包括支援センターしろね北の社会福祉士 後藤崇さんから仕事に大切な「8つのあいづち」の話を聞きました。後半は市在宅医療・介護連携ステーション南の訪問看護師 畠中昌美さんから薬剤を使った手洗いチェックや自分の体の音を聞く聴診器体験、訪問看護師としての仕事の話を聞きました。児童の「一番大変なことは何か」との質問に「患者さんの家で全て一人で判断して行動すること」と畠中さんは答え、児童たちは真剣な様子で聞き入っていました。



20年前に埋めたタイムカプセルを掘り出しました!



懐かしい品々が多数現れました

2000年に大通小学校の児童が同小グラウンドに埋めたタイムカプセルを20年後の2020年9月21日に掘り出しました。タイムカプセル収納品の引き渡しを下記の日程で行います。心当たりのある人はお越しください。

回 令和3年12月25日(土)まで平日9:00～17:00、日曜日9:00～13:00 場 大通地域生活センター ※10月18日(日)の大通秋まつりでタイムカプセルを展示します

親亡き後のお金のはなし ～障がい児(者)のために親としてできること～

9月27日に南区社会福祉協議会が障がい児(者)を持つ親のための未来準備講座を行いました。当日は区内外から32人が参加。講師の(一社)きたしろ相続相談センター 荒木新理事長は「お金は、子どものために必要な時に必要なだけ使える状態で残す。親亡き後、子どもが豊かに生活していくためには、子どものためにお金を使ってくれる人がそばにいることです」と事例を使いながら話しました。参加者は財産の残し方について積極的に質問し、有意義な時間となりました。



南区フルーツフェスタ フルーツ畑で朝ごはん

爽やかな朝に、区内の観光農園でレストラン「armonia」の真保元成シェフによるスペシャルオープンサンドをメインとした朝食を味わいます。



日にち	集合時間	場所	料金※は収体体験料込
10/25(日)	午前9時	白根大郷梨中村観光果樹園	4,700円※
10/31(土)		池田観光果樹園	5,000円※
11/ 8(日)		フルーツ童夢やまだ農園	4,200円
11/22(日)		白根グレープガーデン	4,750円※

場 各開催日の3日前までに右の二次元コードから

プレゼントキャンペーン

回 11/15(日)まで 内容 観光農園でフルーツ狩り参加の人 内容 しろね大鳳と歴史の館と笹川邸の無料入館券をプレゼント。また抽選で100人にフルーツギフトが当たります 場 愛宕商事(株) 旅行事業部 ☎365-0001

