

広報ゆりがおか

2023年12月



発行：一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会
(事務局広報部)

連絡先：百合が丘市民センター
TEL 64-6466 FAX 64-6467
E-mail yurigaoka-ko@emachi-nabari.jp

掲示板 <2023年12月>

団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
あいさつ運動	登校日	7:50~8:10	百合小校門前
クリーンゆり	24(日)	9:00~	前山公園集合
シネマサロン	25(月)	13:30~	西第2集会所
さわやかサロン	7,21(木)	10:00~	東第3集会所
お茶べりサロン	11(月)	10:00~	西第2集会所
サロン・ボンジュール	1,15(金)	13:30~16:00	東第2集会所
東5番町花木水の会サロン	4,18(月)	9:30~11:50	東第2集会所
防災無線通信テスト	3(日)	17:30~	市民センター
百合小こどもクラブ	2(土)	9:30~	市民センター
みんなの楽しい映画会	23(土)	10:00~	市民センター
配食サービス(ゆりの花)	6,13,20(水)		市民センター

【取り戻したよ！みんなの絆を・・・】

季節外れの暖かさの中、11月4日(土)「青蓮寺・百合が丘地域フェスタ／市民センターまつり」が百合が丘市民センターで4年ぶりに開催され、子どもから高齢者まで約2300名の方に来場いただきありがとうございました。

このイベントは、市民センターを拠点に活動に励んでこられたサークルの皆様の成果を地域の皆さんに発表し、お互いの親睦を深めていただくことを目的として開催しています。

当日は、市民センター内では、洋服や陶磁器、短歌、書画などの展示やお茶会が開かれ、多目的ホールでは尺八、マンドリン、ウクレレなどによる演奏や合唱で来場者をお迎えすることができました。

そして、屋外ホッケー場では和太鼓を皮切りに武術にヒップホップに赤目中学校吹奏楽部によるパフォーマンスで、見ている方に元気を送っていただきました。

更に駐車場は、消防車、パトカーや災害対策車の展示に加えミニSLの試乗などで賑わい、またフランクフルトやベビーカステラなどを販売する食事エリアでは、多くの方が楽しく語り合い笑顔で楽しんでいる光景を拝見することができました。

最後に、来場された多くの方をはじめ当イベントの運営に協力いただきましたYJCC、赤目中学校、青峰高校(放送部)及び地域自治会関係者の方に深くお礼申し上げます。



【青蓮寺・百合が丘地域防災訓練を終えて】

11月18日(土)に開催されました「令和5年度名張市総合防災訓練」には多くの方にご参加とご協力をいただきありがとうございました。



当日は「みぞれ」まじりの悪天候のため、一時避難所における地区防災訓練は中止となりましたが、今年も地域防災の担い手として期待される小中学生には、授業の一環として安否確認と避難訓練に参加していただきました。



そして、市民センターを指定避難所とする西2・5番町、西3・6番町、西4番町の小中学生を含めた住民の方につきましては、一時避難所から市民センターまで避難(移動)し、それぞれの自治会が予め企画したテーマに沿った「避難所訓練」を行いました。



西2・5番町は名張市立看護学校学生の協力による「応急救護」の設置・運営を、西3・6番町は「共助」、西4番町は「自助」と、手作りのパネルやプロジェクターを活用した研修内容に避難した小中学生たちも真剣な「まなざし」で聞き入っていました。

忘れたころではなく忘れないうちにやってくる「災害」に備えて、大切な命を守る準備を今からしましょう！
安全防災防犯委員会

忘れ物に関するお知らせ



当センターで忘れ物・落とし物を多数お預かりしています。心あたりのある方は、忘れ物BOXをご確認ください。引き取り手がないものに関しては、12月末に処分させていただきます。

古紙回収日程表

回収地区、回収日は違いますので、ご注意ください。

	南百合が丘 西1~6・東1・9 【毎月第1・3土曜日】	東2~8 【毎月第2・4日曜日】
12月	2, 16	10, 24
令和6年1月	6, 20	14, 28

※ 回収による売上金は、地域の防犯灯の電気代や自治会活動の為に利用されますので、ご協力をお願い致します。

歩こう会

11月の目標達成者
(毎月25日締切)



森川 三男 様(東3) 104回

百合小校区
防犯パトロール隊

<11月度実績>

通常パトロール屋9回

●各巡回とも特に異常なし
地域の安全を見守る協力者
募集中です！

一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 -11月理事会の議題の報告-

11月の理事会の議題を報告します。理事会の議事録は別途自治会内で閲覧されます。なお、理事会の参加状況は理事総数26名の内1名欠席でした。

【日時】11月11日(土) 午後7時30分~9時10分

【場所】市民センター 多目的ホール

【議題】

《報告事項》

- (1) 10月14日(土)、10月15日(日)実施、2023年度上期監査報告
- (2) 中学校給食実施に係る給食センターについて
建設地は青蓮寺が第1候補、10月21日(土)青蓮寺地区へ説明会
- (3) 各部会報告
11月26日(日)ゆり坂一斉清掃
11月18日(土)総合防災訓練
10月21日(土)事業部会開催報告
- (4) その他



「あいさつ運動」ノボリを設置しました!!

「あいさつ運動」は以前より毎日、百合が丘小学校校門前で地域の挨拶運動支援者および校長、教師、児童会生活委員などが、登校児童に挨拶を交わす活動が行われています。

特に「おはよう」の挨拶をすることは、お互いにエールを送る言葉になります。人間関係の基本である挨拶が全地域で実践されることで、家庭内でも「しつけや絆」ができる原泉になります。

今後もさらなる推進、継続を図るため、シンボルとなる「あいさつ運動」のノボリを各自治会に依頼して、公園等の要所に設置していただきました。お互いに挨拶をして明るい「地域」にしましょう。

教育・文化部会長 橋本 健

「みんなの楽しい映画会」開催のお知らせ

【日時】 2023年12月23日(土) 10:00~11:45
【場所】 百合が丘市民センター 小会議室
【作品】 クリスマスは、やっぱりこれでしょ!
[ボーラーエクスプレス] ワーナーブラザーズ映画
上映時間 100分

※今後もコロナ感染予防として、室内の換気・検温・手の消毒を続行します。
※都合により、上映内容が変更になる場合があります。

教育文化部会「百合小こどもクラブ」



2023 クリスマス フェスタ

開催日 12月17日(日)

開演 13時30分~(開場 13時)

会場 「百合ヒルズ」第4はなの里
(名張市百合が丘5番町2番地)

駐車場 百合が丘市民センター、教育センター駐車場を
ご利用ください。

参加費 不要

＜お問合せ＞百合が丘市民センター

(百合が丘5-13 電話 0595-64-6466)

主催 (一社)青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 教育文化部会



メンバーを募集しています!

コーラス百合

【練習場所】百合が丘市民センター 多目的ホール

【練習日】毎月第1・2・3水曜日

【時間】午前10:00~12:00

【会費】月3,000円

【指導】藤森 唯史

【伴奏】一ノ瀬 薫

【お問合せ】代表 井前 090-3389-6375



Skipp広場からお知らせ

12月12日(火) “親子あそび”

10:00~11:30
市民センター多目的ホール

スキップ広場は、かがやきの保育士さんが来てくれます。

☆お申し込み・参加費は不要です☆ たくさんのご参加お待ちしております

まちの保健室便り 12月号
☎64-8600

冬こそ大事な水分補給!



脱水予防、風邪対策、脳卒中・心筋梗塞予防、忘年会・新年会に水分補給をしましょう

何かとあわただしい師走。みなさま最近水分補給していますか?

夏場は熱中症予防で水分補給していたのに涼しくなってから急に減っていませんか?

人間の体の60%は水分です。毎日、食べ物や飲み物などから2~2.5ℓの水分を摂取し、尿や便、汗などで同じくらいの量の水分を体から排泄します。

季節が変わってもこの量はあまり変わらないので冬でも水分補給は重要です!

☆風邪対策に水分補給☆

寒くなり、風邪をひいている人を見かけるようになりました。風邪対策の「うがい・手洗い」に加えて「水分補給」も大事な予防策の一つです。水分補給は喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水などによって体外に排出する作用を助けます。また、風邪をひいてしまったら発熱や下痢、嘔吐などで体からの水分排出が多くなるので、普段以上にきちんと水分を補給するようにしましょう。

☆脳卒中・心筋梗塞予防に水分補給☆

冬場は寒くなって血圧が上昇して脳卒中や心筋梗塞の発症が増えます。

寒くなって汗をかかなくなり、のどの渇きを自覚しにくくなる冬場は水分摂取が少なくなります。水分摂取が少ないと、血液の粘度があがり「ドロドロ」の状態になると血管が詰まりやすくなり、脳卒中や心筋梗塞を引き起こす可能性が高くなります。

☆忘年会・新年会に水分補給☆

この時期は忘年会や新年会など飲酒の機会が多くなります。アルコールには利尿作用があるため、飲酒が過ぎると体は脱水状態となります。アルコールを飲んだら意識的に水分補給をして脱水状態を防ぎましょう。

日本酒造組合中央会では、悪酔いをしないとして飲酒の合間に水分を取る「和らぎ水」を勧めています。一年の疲れをお酒で流しても、水分補給をお忘れなく・・・

2023年もあとわずか!来年も心身ともうるおいに満ちた年にしたいですね。

