

ひとり暮らし高齢者食事会

「健康の集い」のお知らせ

立冬も過ぎ、吹く風にも冷たさを感じるこの頃ですが、お元気で過ごしてください。早いもので今年最後の食事会「健康の集い」のご案内です。

今回は全員でゲームをしたり、軽い体操やリクリエーションで楽しい時間を過ごしていただこうと考えています。三原台保育園のかわいい子どもたちもたくさん来てくれます。

ボランティアのみはらの皆さんが手作りのお食事を用意しています。楽しみにしておいでください。

食事は70歳以上、ひとり暮らしの方が対象です。登録済みの方にはボランティアがお伺いしますので出欠のご返事をお願いいたします。

初めての方は電話でお申し込み下さい。

地域会館  
292-7015  
月～土 9～13時  
(日・祝休み)

【校区福祉委員会】

健康の集いのお知らせ

日時 12月6日(土)  
午前10時～  
費用 300円  
(お土産付き)  
場所 三原台地域会館  
(雨天決行)

三原台校区福祉委員会  
福自治連  
発行責任者 岸本啓司  
編集 岸本啓司  
Tel 292-7015

校区体育大会 熱い声援 秋空にこだまして

10月27日(日) 素晴らしい天気の中、第31回校区体育大会を開催しました。

三原台マリナーズの橋本キャプテンの元気いっぴいの選手宣誓に始まり、写真



最初の未就学児の30分走から、最後の玉送りまで、たくさんの方々が、元気いっぴい競技に参加してください

近畿大学医学部付属病院 三原台に移転 府営住宅立て替え検討中

今年1月に近大病院移転について新聞報道がされたから、具体的な候補地や手続きなどが示されていない中で、いろいろと憶測が飛んでおり、皆さんも非常に心配されていることと思います。

定例会では新たな情報が入ればお知らせしてきますが、ほとんど進展がないのが現状です。

そのような中で10月の定例会に於いて、みつき府議会議員から、今の状況について説明をいただきました。候補地を含め府営住宅の

移転建て替え方法など検討中とのことで、はつきりとはまだ何も決まっていないようです。

今後については説明会の開催などの要望意見がありましたので、開催日時や方法、場所など決まりましたら連絡させていただきます。

【三原台校区自治連合会】



綱引き優勝チーム、ロイヤルシャトー



リレー優勝チーム、サンスクエア

したこと、ご参加いただいた皆様にお礼申し上げます。これからも、よろしくお願います。

【体育部・住園】



【この機関誌は毎月1回 4000部発行しています】

みはら文化祭まもなく開催  
力作力演いっぱい！ とうご来場

11月23日(日) 10時～16時  
24日(月) 10時～16時

出演時間は左記をご覧ください  
三原台地域会館 【文化部・富永】

開演時間

23日  
10:00 アンサンブル演奏 三原台 中学吹奏楽部  
10:50 漫才 ミナクル  
13:00 琉球エイサー GUSUKU  
13:30 折り紙教室 東弘子 他  
パステルアート 石谷幸子  
参加自由 無料

24日  
10:00 合唱 三原台小学校5年生有志  
10:20 サクソフォン 竹間正桂  
10:50 マジック笑 本田照司  
13:00 大正琴演奏 ありま大正琴教室  
13:30 ヴィオラ演奏 ありま ヴィオラ教室  
13:50 チアリーディング 南大阪チアリーディングクラブ

南保健センター 沼田保健師のコラム

9月号に続いて健康コラム②

高血圧はなぜいけない？  
心筋梗塞や脳卒中など、命にかかわる病気が起こりやすいからです。

高血圧は血管の内側に強い圧をかけています。すると、血管が硬くもろくなり出血したり血栓で詰まったりしやすくなります。

健康コラム③

健康長寿を目指すには子どものころからの習慣が大切です。薄味に慣れることで味覚が発達すると共に、高血圧予防となり、将来の病気の原因となる生活習慣病を、予防することができます。

お詫びと訂正

10月号でお知らせしました中学校のメモリアルコンサートは、メモリーコンサートとの誤りでした。お詫びして訂正します。【広報部】

歳末特別警戒実施パトロール 地域の皆様のご協力をお願いします。

【防犯統括部】

単位自治会活動2題

4丁自治会バスツアー

10月19日(日) 厚生部活動の1つとして、「神戸フルーツ・フラワーパーク」観光バスツアーを実施しました。

当日は最高の秋晴れに恵まれて、乳幼児もふくめ総勢137人のご参加がありました。

大型観光バス3台でゆつたりと、平素は同じ班であってもゆつくりした会話が少くないのですが、この日ばかりは実家が同郷であったとか、子どもが同じ学年であったとかいろいろ話の花が満開でした。

お昼は楽しいバイキングを全員でいただき、2時間余りの自由時間を、グループを組んでかけ流しの天然温泉や、乗馬、大道芸の子ザルの曲芸、猿芝居など思い思いに広いパーク内で楽しい1日を過ごす事ができました。

3丁分譲自治会バスツアー

11月2日(日) 「水の都大阪めぐり」をテーマとし、50人の方々にご参加頂きました。

初めに「津波・高潮ステーション」では、近い将来必ず大阪を襲うと言われている南海トラフ巨大地震と津波について、正しい知識の習得と地震・津波発生時の対応などを、「津波災害体感シアター」では、映像により包み込まれるような迫



フラワーパークの楽しいひととき

このようにバスの事故も無く、怪我人もなく素敵な1日を満喫できましたのも、すべて皆様のご参加があったの事です。皆様お疲れ様でした。

【4丁自治会・文化厚生部】



津波高潮ステーション見学終えて

力の中で津波の恐ろしさを体感することができました。

昼食は大阪ベイタワーホテル最上階(51階)でバイキング。大きな窓から大阪を展望し、豪華なお食事に

お口も大満足でした。大阪歴史博物館では、エレベーターで一気に10階の奈良時代、大阪「難波宮」にタイムスリップ。階を降りる毎にわれわれの暮らす現代へと戻ってくる、という

陽だまり通信

10月9日(木) 未就園児親子の集いは年1回のお楽しみ、三原台保育園のここにご広場と合同の外遊び。

超大型台風が接近の中、たいへん天気も良くポカポカの日差しの下、7組の親子と楽しく運動できました。手遊び、シッポとり鬼ごっこ、フラフープリレーと、いつもの陽だまりでは出来ないお外ならではのプログラム。

参加してくれたお友だちもぐつすりお昼寝できたでしょうね。また来年を楽しみに。【陽だまり・増田】

・次回の予定  
11月26日(水) 開放日  
12月11日(木)  
未就園児親子の集いはお楽しみクリスマス会  
参加費子ども1人50円  
いずれも10~11時30分

もの。歴史博物館から大阪城を見下ろし、贅沢な体験もしました。

最後は水上バスアクアライナーに乗船、大阪城や造幣局などの大阪の歴史を感じられるスポット、大阪ビジネスパークなどの現代的なスポットなど、水上からの街並みを楽しみました。

今回のバスツアーは、天候にも恵まれ、子供から大人まで楽しめるツアーになったと思います。ご参加くださった皆様のおかげでも素敵な旅行となりました。ありがとうございます。

地域のカレンダー

11/15~12/14

- 11/15(土)大人の開放日おしゃべり 9~12時
18(火)手話サークル 9:30~11時
19(水)いきいきサロン 10~12時
民生委員会 19:30~
20(木)チューブ体操 13:30~
21(金)モーニング喫茶 9~12時
青少年指導夜間パトロール 20時~
22(土)文化祭準備
23(日)みはら文化祭 10~16時
24(月)みはら文化祭 10~16時
25(火)手話サークル 9:30~11時
26(水)陽だまり開放日 10~11:30
27(木)チューブ体操 13:30~
28(金)モーニング喫茶 9~12時
29(土)大人の開放日カラオケ 9~12時
防犯部会 19:30~
30(日)南区クリーンキャンペーン
12/2(火)手話サークル 9:30~11時
4(木)チューブ体操 13:30~
5(金)モーニング喫茶 9~12時
6(土)「健康の集い」 10~13時
7(日)子ども会将棋・オセロ
9(火)手話サークル 9:30~11時
10(水)介護相談 10~12時
11(木)陽だまりクリスマス会 10~11:30
チューブ体操 13:30~
13(土)大人の開放日カラオケ 9~12時
ボランティア会議 10時~
みはらだより発行 19:30~
校区定例会 8~9:30

お友だちを作って 育児の孤立を 解消しましょう

前夜の雷と大雨も一夜明ければ透き通るような晴天の10月27日、中学校で開催された「子育てフォーラム」。

グラウンドのコンディションは悪くミニSLは無理かと思われましたが、重谷先生と篠崎先生は場所を変えてSLを元気に走らせ子どもたちは大喜びでした。

中学校吹奏楽部は華やかなオーブニングに続いて、動物を楽器で表現したり、「アナ雪」でワクワクさせてくれました。

エンジェルサポートアソシエーションの永見先生を中心に、「お友だちになりましょう」ゲームから始まり、親子で楽しめる企画で盛り上がりました。

保育園の先生、各サロンからの出し物に、みんなの笑顔がいっぱいでした。中学校美術部のポスター



皆で肩寄せて話し合っって友達作り

から始まり、10年間いろいろな形で子育てフォーラムが開催されてきました。これからもみんなで楽しく子育てを！ご協力よろしくお願いたします。

【青少年指導・村田】

グラウンドゴルフ

湯の山温泉遠征

台風17号の影響もなく上天気に恵まれた9月30日、一泊二日で秋のバス旅行湯の山温泉遠征グラウンドゴルフ大会を実施、参加者は三十四名で大いに楽しんで来ました。

中学校と

合同清掃

12月14日(日) 午前8時

三原台中学校昇降口集合

雨天順延21日 雨天中止

校区内清掃

郵便局横



【環境美化・藪内】

- 上位入賞者は左記の通りです。全て6ゲームで
1日目 優勝 平澤勲夫
2日目 優勝 針村明志
3日目 優勝 正木邦雄
2日間の総合上位入賞者
1位 正木邦雄
2位 並川時子
3位 神田勝子
ボランティア清掃活動
姿で示そう感謝の心
三原台中学校区青少年 健全育成会