

浦添グリーンハイツ自治会

自治会通信 9月号

2013年(平成25年)9月7日発行

発行所: 浦添グリーンハイツ自治会

発行者: 自治会長 松本 淳

電話/FAX: 874-5977

防犯灯不良の連絡先

環境防犯部長

山里 一裕

877-7067

平成25年度「敬老会」のご案内

自治会主催の平成24年度「敬老会」を下記の通り開催いたします。グリーンハイツの長寿の皆様を盛大にお祝いしましょう!多くの会員のご参加をお待ちしています。

今回は開始時間が変わります。

記

○日時: 9月22日(日)

午後12時~1時30分

○場所: 浦添グリーンハイツ公民館

○招待客: 自治会員で満75歳以上の方(9月16日現在)

※同伴者が必要な方は席を用意しますので、班長が参加確認する際に、お伝えください。



まちづくり委員会

かいぎん環境貢献基金に応募

~ふれあいガーデンの美化にも寄与~

沖縄海邦銀行が募集する「環境貢献基金」に当自治会も応募しました。ご存じの方も多いと思いますが、海邦銀行は、沖縄中の島々(県土)を緑で包もうと、以前から緑の環境保全活動に力を入れています。

平成19年度から始まったこの環境貢献基金による活動は毎年行われており、各団体に助成した基金の総額は、今回で3700万円に上るといわれます。当自治会は、ふれあいガーデン沿いを流れる小湾川の土手とガーデンとの間の細いベルト地帯にハイビスカスの花木で川沿いを飾る「花と緑の環境づくり」を構想しています。

この構想に基づく計画書を作成し応募しました。10月には決定されるとのことです。いくらの額が頂けるか、いまからワクワクしています。

平成25年度「結核予防横十字シール募金」協力お願い

班長さんがお伺いします、皆さまのご協力をお願いします。

期間: 9月8日(日)~9月30日(月)

募金額: 300円(目安) ※横十字シール配付

ふれあいサロン

高齢期の歯科衛生について

「80歳で20本」これは理想ですね。94歳で硬い氷をガブリと噛み砕くお年寄りの方もおられますが、80歳で自分の歯を20本維持するのは、多くの人にとって非常に難しいことだと思われまます。

歯は食べ物を噛み砕く道具。それが丈夫でないと胃腸にも負担が掛かってしまいます。できるだけ自分の歯を長持ちさせるために、どうしたらいいでしょうか。それを学習するのが今回の目的です。

講師は、近くの「やかデンタルクリニック」院長の屋嘉智彦先生。9月19日(木)午後1時半から2時半までの講話です。参加費は無料です。お友達をお誘い合わせの上、公民館にお越しください。

ふれあいガーデン協議会からのお知らせ

日時: 2013. 9. 9(月) 20:00~21:00

場所: 公民館 内容: 運営委員会

議題: 現状の確認と今後の取り組み



「夏祭り盆踊りの夕べ」盛大に終わる

去る8月24日の「夏祭り盆踊りの夕べ」は、大勢の方々が集い、踊り、語らい、楽しいひと時を過ごしました。子ども会の道ジュネーに始まり、婦人会、若竹会の盆踊り、手話ダンスサークルの踊り等、祭りを盛り上げてくれました。子どもエイサーを指導して下さった前田エイサー(3班の當山由也さんとその隊員)の皆さんや、手話ダンスを指導して下さった宮里善江さん(4班)大変ご苦労さまでした。

近隣施設の国際センター、ありあけの里、若竹福祉会、沖縄療育園、浦添中学校校区保健センターからもご参加いただき交流を深めました。

祭りの企画・運営に尽力された役員及び班長の皆さんのご協力に深く感謝申し上げます。

また、地域の皆様から下記のとおりご芳志を頂きましたので、ご報告し、お礼に代えさせていただきます。

【寄付金】(合計122,000円)

【敬称略】

班名	氏名	班名	氏名等
1	徳元清美	4	(南)丸川電気工業川満栄光
1	謝花良夫	4	宮里徳夫
2	永吉辰也	4	花城清明
2	源 啓次	6	末吉充子
2	上間祐次	6	(南)丸寛建設 与那覇寛雄
4	新里親祥	8	吉元光子
4	平安山良賢	8	(南)長浜冷機 長浜隆
4	友井幸洋	8	(南)狩保組 狩保廣一
4	砂川 榮	8	佐久田国照
4	照屋晴二	他	琉球新報浦添東販売店 上間勇
4	漢那勝彦		

【物品】(缶ビール、缶お茶、お菓子、うちわ等)【敬称略】

班名	氏名等
2	ヒガ電器 比嘉勝男
5	(南)マエダ工業所 真栄田宗達
8	美光インテリア 照屋保弘
他	特別養護老人ホームありあけの里
他	沖縄タイムス茶山販売店 友利八重子
他	若竹福祉会
他	ファミリーマート経塚グリーンハイツ店
他	(南)南海建設 (南)新秀 (南)浦西開発



第13回ふれあい祭りのお知らせ

来る28日(土)、午後5時半から8時半まで、お隣の沖縄療育園において、『第13回ふれあい祭り』が開催されます。余興として、施設の皆さんの盆踊り、近隣自治会による演舞、スペシャルゲスト・まなみ(Manami)さんのライブ等があります。また、金魚すくいや食べ物・飲み物の販売もあります。ご家族・お隣近所の方を誘って、会場に足をお運びください。

香典返し

次のご両名様からご寄付がありました。

感謝をこめ、ご報告いたします。

具志堅初枝様(3班)

吉元光子様(8班)

美らまち緑化講習会のお知らせ

日時: 2013年10月5日(土) 10:00~12:00
場所: 市役所講堂9階 演題: 花苗の植え方・育て方
講師: 山口喜美子さん(幸和農園代表)
主催: 浦添市 参加費: 無料 ※申込みは20日までに自治会へ。

向上会 楽しかった「ふれあいガーデンパーティ」 ～第13回グリーンハイツ向上会～

「浦添グリーンハイツ向上会」は、従来の「おじさん会」の名称を変更し、自治会員の親睦と扶助を図り自治会の発展に寄与するため、定例会を毎月第5土曜日に開催しています。

今回は8月31日(土)、私達グリーンハイツ自治会が造成した「花と緑のふれあいガーデン」において野外バーベキューパーティを開催。事前申込59名、若竹福祉会などを含め69名の方々が参加しました。当日はそよ風が吹く自然環境の中、テントや提灯を設営。バーベキューやソフト飲料、生ビール、ワイン、泡盛、かき氷等が用意され、にぎやかな会食懇親会になりました。会食懇談をしながら、前半は子供、後半は大人のカラオケを楽しみました。畑に向かって花火を打ち上げた奇様な方もおり、パーティはお祭りの雰囲気になりました。地域の隣人同士、子供も大人も挨拶や会話を通して絆が深まったと思います。

主催者として盛会裏に開催できたこと、また役員始め、当日の運営や会場の設営・撤去にもご支援頂きました多くの方々に深く感謝申し上げます。

向上会 会長 与那嶺光國(1班)



夏休みラジオ体操 子ども3000人、大人700人が参加!

長い夏休みの間、当自治会では、子どもたちの健全育成と住民の健康増進のためラジオ体操を実施しました。

7月20日から8月27日まで、日曜日を除く33日間の実績は、子どもの参加者数3110人、大人の参加者数734人でした。いずれも延べ数ですが、昨年(大人と子供で2403人)に比べ、大幅な増加です。今回は会員・未会員問わず、子どもさんをお持ちのご家庭に世話を願うとともに、婦人会や若竹会などの皆さんの協力もあって、この高い実績に繋がったのではないかと思います。ラジオ体操のお世話に関わったすべての方々に深く感謝申し上げます。

保護者の皆さん(60名)の協力と役員等(46名)の協力の成果です。

※前田小の長濱校長、浦添中の玉城校長も参加され、激励して下さいました。



寺子屋委員会 夏は去り、涼しい秋が来た! また頑張ろう!

8月の寺子屋(地域こども学習支援活動)は、9回実施されました。公民館に来て学習した子どもの数は23人(前月28人)、延べ58人(前月86人)でした。

やはり学校が夏休みになると家庭学習も夏休みになるのでしょうか。どうやらその傾向があるようです。

さて、お子さん方は、この夏休みをどのように過ごされたでしょうか。ご家族との旅行や海水浴、サマーキャンプなど、思い思いの夏休みを過ごされたことでしょう。野外活動で体力鍛え、2学期の体力測定ではグーッと伸びていてびっくりするお子さんもいることでしょう。

それはさておき、暑かったこの夏は去り、2学期を迎えました。涼しくなります。気分も新たにまた元気よく頑張っていきましょう。寺子屋の学習支援の皆さんもお子さんに負けないよう頑張りますので、保護者・ご家族の皆さんもお子さんを励まし、応援してください。

サークル紹介 No.3 ヨガは心と体の健康法、ストレスも解消

ヨガという難しいポーズやきつい体操をイメージし、「身体の硬い人は難しいのでは?」とおっしゃる方も多いのですが、ヨガは、その語源として、「結ぶ」とか「統合」という意味があり、身体のみならず、心と体を結びつける健康法、または心の浄化法ともいわれています。

ヨガの時間だけでなく、ヨガで知ったことを日常生活に活かすトレーニングをすることで、筋肉はもちろんのこと、ホルモンバランスや自律神経のバランス、そして心のバランスも整えることで免疫力を高め、体質改善や体力維持も含め、心と体の健康を保つことができます。

《会員さんの声》

★「仕事での腰痛がほぐされ、ストレスも和らいでよく眠れるようになった」
(夜クラス女性48歳)

★「柔軟性がついてきたこと、また自分の姿勢の癖や歪み等を意識して直したり、癒したり、不調を解消できるようになってきた」(夜クラス女性33歳)

★「身体がスムーズに動くようになってきた」(昼クラス男性75歳)

十人十色。その日の体調や各自のペースに合わせて無理せず心身のコントロールを行っていますので、時間の合う方は、一緒に始めてみませんか?



日時: 昼クラス 毎週火曜日 14:00~16:00

夜クラス 毎週火曜日 19:00~21:00

月謝: 2千円(最初だけ入会金2千円資料代等)体験無料
持ち物: 軽装、飲み物、タオル、敷物(ヨガマット)

子ども科学教室 爆発はどういう時に起きるか ～第3回「子ども科学教室」～

去る8月11日(土)第3回「子ども科学教室」を行いました。今回は仮説実験授業「爆発」を取り上げました。①物が激しく燃える条件とは? ②どのような時に爆発は起きるのか? ③よく乾燥したコーンスターチを爆発的に燃やすにはどうしたらいいと思いますか? ④ほんの2滴のアルコールを気化させ、見えないくらい小さな火花を飛ばすようになるでしょうか? このようなことを学習しました。



小学校6年生の理科の発展的な内容です。

もう一つはキラキラビー玉づくりを行いました。ガスコンロで加熱して膨張したビー玉を水につけて急に冷やすことで歪(ひずみ)が生まれ、ビー玉が割

れない程度にひびを入れることができます。キラキラビー玉をアルミワイヤーで巻いてストラップのような物をつくりました。大人から子どもまで20名程の参加がありました。

指導: 横田正法(3班)



「夏休み夜間巡回指導」結果報告

7月21日から8月28日まで、夜間巡回に参加された皆さん、お疲れさまでした。おかげさまで、特に異常はなく、平穏な夏休みでした。今年度から、A・B区割りから各ポイントを巡回する方法に変えましたが、今回出てきた課題を検討していきたいと思います。参加率は62%(昨年75%)でした。

今後も青少年健全育成と明るく住み良いまちにしていけるため、ご協力をお願いいたします。

◇ 9月自治会活動予定 ◇

7日(土) 評議員会 20:00
9日(月) ふれあいガーデン協議会 20:00
12日(木) 雨水管工事の延期に関する説明会 19:30
" レクリエーション大会 実行委員会 21:00
21日(土) 定例役員会 20:00
22日(日) 敬老会 12:00~13:30