

はま新聞



開 所 時 間
9:00~12:00
13:00~16:00
土・日・祝・休

発行日:令和7年11月13日

発行者:浜区理事会

男里浜区へメール送信

男里浜区公式サイト

住 所:男里7丁目29-20 電 話:483-6891

《 区の動き 》

- 10/16(木)・菟砥橋上流へ(歩行・自転車専用橋)架橋工事の現地測量説明会
・下水管(対象:雨水に使用している雨水管)検査方法説明会
- 10/17(金)・要望書提出(蟹田川水路草刈り)
- 10/20(月)・水道管洗浄開始
- 10/25(土)・農作物収穫体験(芋掘り)・カレー昼食会
・イオン・泉南合同防災訓練参加(防災担当3人)
- 11/ 1(土)・ふれあいハロウィンイベント(訪問先:8軒)
・泉南市地域安全大会:防災拠点体育館前
- 11/ 4(火)・木陰公園フェンス取替工事開始(10/30説明)
・ABC委員会(松谷部長)
- 11/ 5(水)・大阪800万人訓練(Jアラート)
- 11/ 6(木)・竹中鐵工(株)夜間道路舗装修理工事
(10/30説明)

【11月理事会報告】

- (1) 一般経過報告
- (2) 農作物収穫体験とカレー昼食会報告
- (3) 自主防災訓練計画
 - ① 黄色いタオルで安否確認
 - ② 講演会:ルナりんくう防災会長
- (4) 泉南市・イオングループ合同防災訓練報告
- (5) その他

定期スマホ教室開催のご案内

11月20日(木) 10:00~12:00

場所:浜区民センター 別館



*当日、直接お越しください

(毎月1回 第三木曜日 2時間 ※参加費無料)

・ 測量作業にご協力を ・

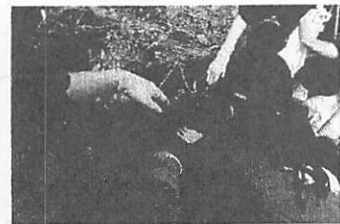
菟砥橋上流へ(歩行・自転車専用橋)架橋工事計画があり、現地測量及び用地測量作業を行うにあたり、隣接する所有地に立入らせていただく場合があります。

測量業者:(株)UR リンゲージ 「従事者証明書」を携帯しております。

測量予定期間:令和7年11月中旬~令和8年5月下旬(予定)

農作物収穫体験とカレー昼食会 開催されました

お手伝いの方を含め、参加者53名(11家族)畑に向かう際には雨も上がり日差しも差し込み、心地よい秋の陽気となりました。大きなさつまいもをたくさんお持ち帰りいただきました。



今年も民生委員の方々や有志の皆様を中心に、具たくさんで美味しいカレーが作られました。たくさんおかわりいただき、大変盛況でした。



食料品の提供にご協力下さい

社会福祉協議会が生活困窮者の方々に対して行うフードドライブ(食糧支援)のため、食料品収集の受付窓口を設けます。是非とも、ご協力をお願いいたします。

実施日:11月19日(水)

時 間:午後1時30分~午後3時

収集場所:浜区民センター 玄関ホール

収集物品:米、レトルト食品、インスタント食品、

ミネラルウォーター、缶詰など

※賞味期限1か月前までのもの

浜区防災訓練を開催します

日 時:11月22日(土) 午前9時~12時(雨天決行)

集合場所:浜区民センター(防災訓練・質疑応答)

講 師:豊田 保夫

講演会は午前10時30分に始まります。

※詳しくは回覧をご覧ください

・ ・ ・ 訃報のお知らせ ・ ・ ・

・10月19日(日) 戸本 忠晴さん(サザンA)

謹んでご冥福をお祈りいたします

浜 区 定 例 行 事

○ 高齢者ふれあいサロン(65歳以上の方が対象です。)

『ハワイアンミュージックでクリスマス会』



演奏
マハロ アイランダーズ
の皆さん

日 時:12月9日(火)10:00~12:30

※参加費…500円(昼食代)

○ WAO体操2

毎週火曜日 13:30~14:30

※参加費無料



○ やわらぎカフェ・浜 (認知症カフェ)

12月13日(土) 13時30分~

※参加費無料



【10/11 第27回・11/8 第28回

やわらぎカフェ・浜 だより】

10月は、チームオレンジ橋台のWAOパートナー4名が見学に来られ、交流会をしました。全員で健康で長生きの秘訣を言い合い、人はすべて自分で選択しているから「~したらいいな」ではなく「やる」か「やらない」で決断し前向きに生活してみませんか!?

11月は、「心配しないで!」心配するとあれこれ悪いこと考えるから、「こういう風に備えよう」と考え思い悩む時間を笑顔で楽しめる時間にしましょう。

同じ時間を過ごすなら、笑顔で過ごしましょう!

○子育てサロンおのしん

12月3日(水) 10:00~11:30

クリスマス会、サンタさんもくるよ。



浜 区 ふ れ あ い ハ ロ ウ ィ ン イ ベ ン ト

11/1(土)浜区ふれあいハロウィンイベントを開催しました。

(浜地区福祉委員会主催)

ご協力下さった8軒のお家を子どもたちが訪問し、合言葉の「トリックオアトリート」に対し、おじいちゃん、おばあちゃんたちが「ハッピーハロウィン」と笑顔で応え、お菓子をプレゼントしました。地域の方との交流に少し緊張していた子どもたちも、最後の方では、積極的に会話を楽しんでくれました。



ご存知ですか?あなたの街の
地域包括支援センター なでしこりんくう

地域包括支援センターは、泉南市の委託を受けた公的機関です。高齢者に関する福祉・医療・保健など、総合的な相談窓口です。

★★★ ご存知ですか? ★★★

～運動について～

秋も深まり、朝晩の空気がひんやりとした心地よさを感じる季節となりました。過ごしやすいこの時期は、夏の疲れを癒しながら体を動かすのに最適です。激しい運動ではなく、無理なく続けられる活動として『散歩』は特におすすめです。散歩は、特別な道具や場所を必要とせず、誰でも気軽に始められる身近な運動です。秋の澄んだ空気を感じながら歩くことで、心身のリフレッシュにもつながります。

【ポイント】

- ・ 無理のない距離・時間(1日20~30分程度)から始める
- ・ 会話ができる程度のペースで歩く
- ・ 朝や夕方など、涼しい時間帯を選ぶ
- ・ 紅葉や秋の景色を楽しみながら歩く
- ・ 夜間の場合は、車から見やすいように、反射材や明るい服装で安全を確保する
- ・ 運動前後、水分補給を忘れずに行う

散歩は、健康づくりと気分転換のどちらにも効果的です。ご自身のペースで楽しく歩いてみましょう。



<お問い合わせ>

泉南市地域包括支援センター
なでしこりんくう ☎ 485-2882

毎週金曜日は

コープのお買物便の巡回日です!

停車時間は11:00~11:30

※誰でもご利用できます。お支払いは現金のみとなります。
是非、ご利用下さい。

