

いつまでもお元気で 落合地区敬老会

9月16日(月・敬老の日)に、落合地区敬老会が開催されました。台風18号の影響も心配されましたが、幸いなことに落合地区では雨風の被害もさほどなく、また、敬老会を楽しみにしている皆さまのためにも、ぜひ開催したいという実行委員会やお手伝いいただいたスタッフの熱意もあり、無事に開催することができました。落合地区在住の昭和14年4月1日以前に生まれた609名の対象者の内、201名の出席がありました。

ステージでは落合一座の演劇「狐膏薬」や文化連の皆さんによる踊りや歌が披露され、また小学校児童からのお祝いのメッセージもあり、地域全体でのお祝いとなりました。参加された方も、楽しく話して、大きく笑って楽しい時間を過ごしていました。



肩こり・腰痛予防体操を開催しました

8月21日(水)にゆうらく苑で健康推進員落合・神坂支部会がありました。今回は健康指導実践指導者 林厚子先生をお招きして、肩こり・腰痛予防体操を行いました。支部会員・一般参加者12名が、座ってできる体操を一時間指導していただき、よい汗を流しました。

もう少しで70歳に手が届く年齢になり、最初は私の体力についていけるか心配でした。終了時には翌朝起きられるか心配しましたが、何事もなく起きられ肩こり腰痛もなく体が軽く感じられました。その晩から寝る前に30分程の柔軟体操をやって眠りに入るようにしたら、程良い疲れで熟睡できるようになりました。老人性不眠症も解決され、先生に指導していただき良かったと感謝しています。これからは肩こり腰痛体操をやり良き睡眠をとり元気に過ごしたいと思っています。

落合・神坂健康推進員支部会長
鈴木 敏明

総合防災訓練

9月1日の防災の日に中津川市総合防災訓練が行われました。落合地区では、8月18日(日)に11号区、31日



(土)に落合小学校体育館にて1号区、4号区、6号区、7号区、8号区、促進区が参加した合同訓練、9月1日は2・3号区、5号区、9号区、10号区が訓練を行いました。今年は、合同訓練として指定避難場所である小学校への避難訓練を行いました。今回の訓練では、号区や班で人員確認や要援護者の確認をした後、小学校へ号区ごとに集まりました。受入側である学校も初めての試みであり、手順を確認するところまでしか出来ませんでした。今後のよりよい避難所開設の手順つくりにつながる経験になりました。地域の連携を深め、災害に強いまちづくりを進めていきましょう。



平成 25年 10月 行事予定表	日付	ゴミ	行 事
	1	火	
2	水		パン作り講座(9:30~)
3	木	可燃	
4	金	資源	
5	土		
6	日		八幡神社祭典
7	月	可燃	キッズクラブ(10:00~)
8	火		
9	水	不燃	
10	木	可燃	しあわせ健康体操(13:30~) 骨盤&全身調整ヨガ(19:00~、20:15~)
11	金		健康太極拳(19:30~)
12	土		
13	日		落合川河川環境整備
14	月	可燃	体育の日
15	火		
16	水		
17	木	可燃	
18	金		
19	土		米粉でクッキング講座(13:30~)
20	日		体協卓球大会
21	月	可燃	女性大学
22	火		
23	水	大型	しあわせ健康体操(13:30~)
24	木	可燃	骨盤&全身調整ヨガ(19:00~、20:15~)
25	金		区長会(19:00~)、健康太極拳(19:30~)
26	土		
27	日		
28	月	可燃	
29	火		子宮頸がん・乳がん検診
30	水		
31	木	可燃	

ふれあい牧場
秋の牧場まつり

落合川河川環境整備にご協力ください

落合地域全体として取り組んでいます「落合川河川環境整備」ですが、本年度も次の日程で行います。この活動は、「地域のみなさんの力で、河川敷を覆いつくした雑木や草の伐採や草刈りを行い、きれいな環境を取り戻すとともに、誰もが親しめるような落合川」を目指して始められました。地域の多くのみなさんのご協力をお願いします。

日 時 10月13日(日) 午前8時30分から

集合場所 落合中学校駐車場

持ち物 草刈機、鎌、ナタ、ノコギリ、チェーンソー、軍手など
服装 作業しやすい服装でお願いします

主催：落合まちづくり推進協議会 共催：落合川を美しくする会
※燃料(混合油)、草刈機替刃(1台につき1枚)、お茶は準備します

ふれあい牧場 2013秋の牧場まつり

開催日 10月12日(土)~14日(月) 3日間

体育協会落合支部からのお知らせ

◆第53回卓球大会

開催日 10月20日(日)

会 場 落合小学校体育館

詳しくは、各号区の体育推進委員にお問い合わせください。

落合公民館ホール利用休止のお知らせ

落合公民館ホールの耐震工事のため、10月14日(月)~1月下旬の間、ホールの利用を休止いたします。また、駐車場についても一部利用不可となります。

利用者の皆様には、ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

落合事務所のFAX番号が変わります

10月1日から落合事務所のFAX番号が変更になります。

61-0001 → 69-3011

変更前

変更後

利用者の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い申し上げます。

編集・発行 落合事務所

住所 中津川市落合 728 番地の 2 電話 0573-69-3201 FAX 0573-69-3011

<http://www.city.nakatsugawa.gifu.jp/branch/ochiai/>