

センターだより

まきしま

e-mail makishima-cc@city.imari.lg.jp



通刊第406号昭和61年創刊
令和4年6月1日
編集 牧島コミュニティセンター
TEL 22-5783
6月号



施錠確認！6月9日は「我が家のカギを見直すロックの日！」

令和4年度 各種団体の総会（書面）が開催されました。

～役員改選年度にあたり、新役員さんを紹介します。～

◆牧島地区 防犯協会

犯罪のない明るい住みよい社会をつくるため、犯罪や事故の未然防止を推進します

【会長】西 喜代徳 【副会長】釘島 利男

◆牧島地区 青少年育成町民会議

青少年および青少年団体の育成事業を推進し、健全な育成を図ります

【会長】岩政 祐人 【副会長】松尾 孝行

◆牧島地区 人権・同和教育推進協議会

人権・同和教育の研究と実践を深め、差別のない明るいまちづくりを推進します

【会長】松尾 孝行 【副会長】岩政 祐人 ・ 木須 正子

◆牧島地区 社会福祉協議会

地域における福祉コミュニティづくりと福祉の増進に寄与します

【会長】副島 義隆 【副会長】木須 正子・久原 正三
【福祉活動員】(木須西区) 松尾 澄江 ・ 瀧上 新一 ・ 石田 恵美子
(本瀬戸区) 梶山 文浩 (中通区) 久原 正三
(早里区) 松尾 房江 (漁港区) 萩原 ひとみ
(釘島区) 古川 清

◆牧島浮立保存会

牧島浮立の保存と会員の親睦を図ります

【会長】岩政 祐人 【副会長】津上 直孝



◆牧島地区 交通対策協議会

地区内の交通安全確保、交通の円滑化、能率化の総合的な対策を確立・推進します

【会長】釘島 利男 【副会長】副島 義隆 ・ 西 喜代徳

◆伊万里市交通安全協会 牧島支部

地区内の交通事故防止、交通安全の確保、交通の円滑化を図り、健全なる交通秩序の確保、支部全員の運転技能の向上・融和を図ります

【会長】釘島 利男 【副会長】副島 義隆 ・ 西 喜代徳

◆牧島地域開発促進協議会

地域発展のため、地域の振興対策実現に寄与することを目的としています

【会長】諸石 秀子 【副会長】松尾 孝行 ・ 釘島 利男

◆黒塩川改修・漁港地区排水対策推進協議会

黒塩川の改修並びに、漁港・早里・黒塩地区の排水対策事業の推進を目的としています

【会長】諸石 秀子 【副会長】西 喜代徳 ・ 池田 正樹（黒塩区長）

牧島探訪

竹の古場へ行ってきました！

竹の古場は花もすぎて、葉っぱばかりでした。近くに山ん寺があるはずだと1回は道に迷いましたが、通りかかったマイクロバスについていいたら、目的地は同じでした。長崎の崎戸歴史散歩の会の人を案内している人が、楠久の津まちづくりの小島宗光さんでした。お互いびっくりして一緒に松浦水軍の歴史、史跡、伝説を聞きました。

動けばいろんな方と会うものだと思います。先さまはもう30回だそうです。我々は野の頭から浦の先へ。途中、山代西小学校の運動会が万国旗はためかして、賑やかそうでした。

【6月の探訪】

日時 6月19日（日）AM9：00 牧島コミセン
場所 八幡岳ふもとの井手ログダム周辺を探訪します。
※雨天の時はお茶会をします。
問合せ 漁港区長 諸石まで（☎2-3076）



伊万里市民ソフトバレーボール大会の開催のお知らせ

- 日時 7月17日（日）開会：午前8時30分
- 場所 国見台体育館
- 参加資格 伊万里市民 ※女性の部：18歳以上
シニアの部：40歳以上
- 種別 【女性の部】【シニア（混合）の部】
- 参加料 1チーム 1,000円
- 申込締切 6月14日（火）
- 問合せ先 スポーツ課スポーツ振興係（☎3-3187）



牧島地区の人口と世帯数



・男性	651人(+3)
・女性	698人(±0)
	1,349人(+3)

《5月1日現在》

・570世帯 (+3)



『熱中症を防ごう!』

●なぜ熱中症になるの?

人間の体には周りの気温に合わせて、体温を調節する機能が備わっています。どんなに暑い日でも、真冬で気温が氷点下になるような日でも、個人差はありますが、体温はおおむね36~37℃の狭い範囲に保たれています。

暑い日には、人間の体は体温を一定に保つために発汗などにより熱を放出しようとしてますが、このバランスが崩れてしまえば、体温は著しく上昇します。この状態が熱中症です。

●どうやって防ぐの?

熱中症の始まりは体の水分不足、つまり脱水です。こまめな水分補給を心がけ、脱水・熱中症を予防しましょう。



◎水分の上手な取り方

平常時の水分摂取に最適なのは、常温に近い温度の水

1日の目安摂取量は1.5L

ゆっくり少量(150~200)ずつ、7~8回に分けてこまめに飲む

特に体から水分が失われやすい次のタイミングの補給を忘れずに!

- ①起床時
- ②運動の前後
- ③入浴の前後
- ④就寝前

脱水や熱中症は屋外だけでなく室内にいても起こります。室温が28℃を越えないようエアコンや扇風機を上手に使うことや、日頃から栄養バランスのよい食事や十分な休憩をとり、暑さに負けない体づくりをしていくことも脱水や熱中症の予防になります。できることから実践して、元気に夏を迎えましょう!

いざという時の備えはできていますか?

6月に入り、これから雨が多い季節になります。大雨などによる災害が発生する可能性があります。突然起こりうる災害を予測するのは難しいものです。災害は、家族全員が一緒のときに起こるとは限りません。そんな時、慌てずにすむように、家族の行動、避難場所や避難方法、連絡方法などについて、普段からご家庭で話し合っておきましょう!

【非常持ち出し用品(例)】

- 毛布、タオル・非常食・ローソク・卓上コンロ・救急薬品・飲料水・マッチ・貴重品・ビニール袋・ひも・懐中電灯・手袋・ティッシュ・現金・筆記用具・衣類・ナイフ、缶切り・雨具・紙コップ・マスク・体温計・電池・携帯ラジオ・常備薬 など



※非常持ち出し用品の有無で、災害後の数日間の生活に大きな差が出ます。すぐ背負えるリュックなどにまとめて入れておきましょう。

消費期限や使用期限のあるものは普段から確認し、使用しながら新しいものと交換しましょう。

みんなが環境のことを考えよう! 6月は環境月間

6月の行事予定



3日(金)市防犯協会総会	16:00~
3日(金)カブトガニ保護活動に関する協議	18:30~
4日(土)市民グラウンド・ゴルフ大会	8:30~
6日(月)市同和教育推進協議会総会	14:00~
8日(水)牧島小学校・地域連携会議	15:30~
9日(木)区長会・定例区長会	13:30~
10日(金)老人クラブ・役員会	9:00~
14日(火)子ども会・定例幹事会	19:30~
15日(水)スポーツ協会・常任理事会	19:30~
19日(日)ソフトボール県大会予選(Aチーム vs 大川町)	10:00~
26日(日) // (Bチーム vs 立花町)	11:30~

「はまぼうの会」太極拳教室 (第1・3金曜日)

6月の予定・・・3日・17日 13:30~



「百歳体操」 毎週月曜日(月曜が祝日の場合は翌日火曜)

6月の予定・・・6日・13日・20日 27日 9:00~



市民図書館からのお知らせ

★今月のぶっくん巡回日は6月16日(木)午前10時15分です

《6月の図書館行事案内》

◎おはなし会 <会場: 洋会議室> ※要事前申込

6月4日(土) 14:30~14:50

◎音読教室 <会場: 洋会議室>

6月21日(火) 10:30~



《今月の家読おすすめの本》

《小学生におすすめ》

- ・『なまけていません。』
- ・『しんばいなことがあります!』
- ・『ぼくらは少年鑑定団!』
~大発見! 謎の縄文土器~
- ・『星のラジオとネジマキ世界』

《中学生におすすめ》

- ・『不思議屋「風待ち」』
- ・『又吉直樹のヘウレーカ!』
- ・『13枚のピンぼけ写真』
- ・『だれでもデザイン』
- ・『嫌いな教科を好きになる方法、
教えてください!』

老人クラブからのお知らせ

~随時、会員募集中~

【牧島老人クラブの目指すもの】

- ◎生きがいづくり
- ◎健康づくり
- ◎仲間づくり
- ◎地域づくり



4つの『づくり』活動を目指しております。60歳以上なら誰でも入会できます。

◎毎週土曜日 14:00~ 牧島小学校グラウンドにて、グラウンドゴルフを行っておりますので、興味があられる方は、ぜひ、ご参加ください。

牧島老人クラブ 会長 村上 健夫