

「もくば通信」は新潟市の補助を受けて発行しています

【発行者】

庄瀬地域生活センター
新潟市南区庄瀬6489
TEL/FAX 025-372-2901
Mail/syouze.community
@at.wakwak.com



もくば通信

地域のお役立ち情報
人と人がつながるヒント



「庄瀬Baseもくば」は、4月より毎月第2月曜日になりました
今回は、7月10日(月)10:00～12:00 会場:庄瀬地域生活センター

白根保健生協班会

健康に関するお話があり
ます。尿検査も無料で受
けられます。

「庄瀬Baseもくば」は年齢、性別関係なくどなたでも寄れる地域の茶の間です。
時間内出入り自由。お好きなスタイルでおくつろぎください。
お喋りしたり、ハンドメイドを楽しんだりしています。
初めての方もお気軽にお寄り下さい。 ※申込み不要 ※参加費無無料

(健康福祉部会)

3B体操 やってま〜す!

7月24日(月)10:00～11:00

会場:庄瀬地域生活センター 1階和室

講師:(公社)日本3B体操協会

新潟南支部 公認指導者
佐々木久美子さん

参加費: 無料

定員: 10名 (どなたでも参加できます。)

※動きやすい服装でお越し下さい。

(内履き不要)

【3B体操とは..】

3つの用具を使い、音楽に合わせて楽しく体操
します。筋肉トレーニングや脳のリフレッシュ
効果あり! 椅子に座ったままでも可能です。
お気軽にご参加下さい!

お申込み:庄瀬地域生活センター
☎ 025-372-2901

地域の防災について学び、考えました

6月23日(金)白南中学校にて

災害時の情報収集や避難行動を考える事をねらいとした防災教
室が開催されました。NPO法人ふるさと未来創造堂中野雅嗣氏
を講師としてお招きし、新飯田・茨曾根・庄瀬の3地域の防災土
もアドバイザーとして参加しました。

生徒は地域別のグループとなり、タブレットを活用して「新潟
県防災アプリ」の操作を体験。それぞれの自宅付近のリスクや避
難所を確認し避難行動について考えました。

今年も線状降水帯が発生し、
九州で被害が出ています。い
ざという時に正しいタイミン
グで正しい行動を選択できる
よう防災メールや防災アプリ
で日頃から情報をキャッチす
ることをお勧めします。

(庄瀬防災士会)



【県紹介 HP】



新潟県防災ナビ⇒

ペットのお散歩をされる方へ...

フンは飼い主が
持ち帰って下さい
マナーを守って
きれいなまちを



生活環境部会

いくつになっても元気で自分らしく過ごすためのヒント!

健幸アップ講座開催しました

7月5日(水)、新潟白根総合病院副院長の長岡敦子氏をお招きし、「高
齢社会を生き生き過ごす～身体と脳の働き～」というテーマについてお話頂
きました。自治会の保健推進員など約30名が参加し、高齢者の身体的特徴



や認知機能などを学びました。自己診断
法として握力テストや片足立ちテスト、
長谷川式認知症スケールにもチャレンジ。
認知症の人への対応や高齢になっ
ても生き生き過ごすためのポイントは大変
参考になりました。次回の健幸アップ講
座は9月6日(水)です。8月にチラシ配
布します。奮ってご参加下さい。

(健康福祉部会)

夏の夜間パトロール実施

7月28日～8月26日までの金・土曜日、地域内の夜間パトロールを実施します
南区防犯協会庄瀬支部・庄瀬地区青少年健全育成対策協議会

