

「北山田地区敬老会」開催のご案内

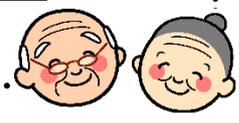
北山田
みかづきだより

9月号

【編集・発行】
北山田地区
コミュニティ運営協議会
【事務局】
北山田自治会館
(みかづきホール)
Tel 73-8734



【日時】令和7年9月13日(土)
9:30~受付/10:00~開会
【場所】北山田自治会館
【ご招待】北山田地区在住の75歳以上の方
【お申込】9月8日(月)締切厳守
【申込先】北山田自治会館



今年も75歳以上の敬老者をご招待して「北山田地区敬老会」を開催します！
長年のご苦勞に感謝の気持ちを込めて、又皆さまに心温まるひとときを過ごして
いただけますよう、スタッフ一同準備いたしております。

毎年100名を超える敬老者にご参加いただいています。久しぶりに会う友人
と昔話に花を咲かせ、地元の方のステージ披露をご堪能ください。

恒例のお楽しみ抽選会も行います！ご来場を心よりお待ちしております。

※ 出欠を自治区毎に取りまとめますので、自治委員または担当の方にお知らせください。

※ 駐車場に限りがありますので、なるべく乗り合わせの上お越しください。
また駐車の際は係員の指示に従ってください。

名月を愛でるお茶の会 「名月会」



名月を愛でるお茶の会「名月会」を開催します。

中秋の名月は旧暦8月15日(十五夜)の夜のこと、今年は10月6日になります。

お琴の演奏やお謡いに踊りなど、お茶会・お食事をしながら、中秋の名月を心ゆくまでご堪能ください。

【日時】令和7年10月6日(月)
18:00~受付/18:30~開会

【場所】北山田自治会館

【参加費】1,000円(お抹茶・食事付)

※当日、受付にてお願いします。

《お問合せ先》名月を愛でるお茶の会
会長 秋好憲生(090-8289-7415)
事務局 秋好健一(090-5739-4978)

北山田 祇園祭



山車の巡行!

7月27日(日)北山田祇園祭で山車巡行が行われ、見物客を楽しませました。

昨年より人員確保などから山車巡行が週末開催となり、今年は前日の玖珠祇園大祭に続いての山車巡行となりました。

北山田の子どもや若衆が一堂に会し、北山田商店街を巡行しました。また各所で舞踊、ダンスパフォーマンス、バンドライブ、餅まきなども行われ、お祭りを盛り上げました。関係者の皆様、暑い中お疲れ様でした。



ハツラツ健康教室 「健美操」で夏を乗り切る！

7月22日(火)に、後藤朝美先生を迎えて「健美操」を行いました。

健美操とは、呼吸法、ツボ、経絡を取り入れた体操で、身体のバランスを整え、全身の血液の流れを良くし、自然治癒力を高めます。

夏は、暑さによる体調不良や夏バテが起こりやすく、とくに脾臓や胃が弱まりやすいとのことで、夏バテ予防のツボや体操を行いました。



ハツラツ健康教室
「3B体操」
9月19日(金)
14:00~
北山田自治会館

北山田駅をキレイに！ コミュニティ役員が草刈作業

7月30日(水)にコミュニティ役員の有志7名が、北山田駅の草刈作業をしました。

ホーム上り口、階段の草刈りや低木の刈込など、緑で覆われていた北山田駅がきれいになり、利用者が安心できる環境となりました。

早朝の暗い内から集まり、ご協力いただいた皆さんありがとうございました。



田畑駐在さん
によるお話

シミュレーターで
歩行体験！

北山田げんき老人クラブ 「交通安全教室」

7月25日(金)自治会館にて、北山田地区げんき老人クラブ(斉藤信義会長)が高齢者の「交通安全教室」を行いました。

各老人クラブから約30名が参加し、北山田駐在所の田畑警部補、大分県警交通企画課指導の下、歩行シミュレーターを皆さんに体験してもらい高齢者の交通ルールなど確認しました。

北山田子ども見守り隊 小学校の草刈作業！



8月7・8日(木・金)の早朝、北山田子ども見守り隊(秋好健一隊長)が北山田小学校の草刈作業をしました。

校門から体育館裏、土俵周辺と広範囲にわたり草刈りを行いました。この活動は、地域の奉仕活動、及び小学校の見守り活動の一環として行っています。皆さんお疲れ様でした。



～9月は防災月間！～ 防災対策の見直しを！

9月は防災月間です。今一度、一人ひとりが防災について考え、避難場所や経路の確認、非常持ち出し品や備蓄品の点検と補充（期限切れや使えないものを交換）、家族との連絡方法の確認など、防災対策を見直してみましょ

う。また9月は1年でもっとも台風の接近・上陸が多いシーズンです。台風接近時は雨と風が同時に強まるため、風で飛ばされそうなものを固定したり、家の中に入れてたりなど、早めの対策をしましょう。

防災は日頃からの備えが大切です。地震や津波などの自然災害は突然襲ってきます。いざという時のために、「備え」を再確認しておきましょう。



9月1日は「防災の日」

台風や地震への備えを再確認！

遊びや学び、食事で多世代交流♪ ふれあい食堂みかづき

みんなが
楽しく
遊んで
食べる

秋のフェスタ！

【開催日】 9月27日（土）
10:00～13:00

【場 所】 北山田自治会館

【参加料】 （一般）300円
（未就学児～高校生）無 料

《料理》 たこ焼き・そうめん流し・おにぎり
ケーキ・わたがし

（担当：コミュニティ女性部会）

※アレルギー対応はしていません。

《遊び》 ゲーム・折り紙・プラバン作り・EQかるた
他にも、いろんな遊びを用意しています♪

※内容は変更の場合もありますのでご了承ください。

《お問合せ》 ふれあい食堂みかづき実行委員会
事務局 斉藤ひろ子（080-8897-9873）

オレンジカフェくすin北山田

8月1日（金）のオレンジカフェは、モルックを行いました。

「モルック」とは、フィンランド発祥の木製の棒とピンを使ったスポーツで、棒を投げてピンを倒し、先に50点ちょうどになったチームが勝ちとなります。両チームともに最後の一投でぴったりと決め、どちらも勝利しました！

オレンジカフェは、子どもから高齢者までどなたでも参加できます♪



【開催日】 9月5日／10月3日（金）
14:00～15:30（予約不要）

【場 所】 北山田自治会館 ホール

【参加費】 100円（お茶代）

《お問合せ》 玖珠町地域包括支援センター
☎72-7154

～・～・みんなのひろば・～・～

「健康寿命」を延ばそう！

（広報委員）吉永 末治

私は現在、魚返若返サロン、北山田ふれあいサロン、オレンジカフェ、ふれあい食堂に参加し、みんなと一緒に笑ったり、歌ったり、レクレーションをして日々元気に過ごしている。

「健康寿命」とは自立して健康に過ごせる期間で、①適度な運動、身体活動を行う ②バランスの良い食事をとる ③孤独にならず、社会との繋がりをもつ ④睡眠時間の確保 ⑤禁煙 などが重要である。

健康寿命を延ばすためには、毎日の行動の積み重ねと、より良い生活習慣を送ることである。年を取って外に出なければ増々不健康になる。毎日の行動が、やがてその人自身の性格や生き方の一部になり、習慣となるのである。良い生活習慣を身につけるコツとして、《小さな一歩から始める》こと。大きな目標でなく、小さなことからコツコツと取り組むことが大切である。

9月の予定

1	月	パソコン教室 10:00～
2	火	
3	水	子ども見守り隊 下校時
4	木	
5	金	北山田学級 10:00～ オレンジカフェ 14:00～
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	
13	土	北山田地区敬老会
14	日	
15	月	(敬老の日) 
16	火	パソコン教室 10:00～
17	水	子ども見守り隊 下校時
18	木	
19	金	わらべの館移動図書 10:30～10:45 ハツラツ健康教室 14:00～
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	(秋分の日)
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	ふれあい食堂みかづき
28	日	
29	月	
30	火	

北山田地区ごみ収集日

第4分別 (発泡スチロール・食品トレイ・P Sマーク)
9月19日 (金)
第2分別 (陶磁器類・ガラス類・廃食用油)
10月16日 (木)



おうちde脳トレ

□に共通して入るひらがなは何でしょうか？

① □ん□い 答え _____	② きよ□りゆ□ 答え _____	③ □じゃ□ 答え _____
④ □ぶら□げ 答え _____	⑤ □のびあ□ 答え _____	⑥ しゆ□は□ 答え _____

編集後記

朝夕はいくらか涼しさを感じられるようになりました。

先月は湯水で、雨がほしいと思った時期に降ったのですが、線状降水帯の中に入ったようで、あちこちで土砂崩れ等の被害が出ました。被災された方には、お見舞い申し上げます。

自然とは残酷なもので、あるものを満たせば他に悪影響が出ると言った具合です。世の中うまくいかないものです。それでもお米の方は一息ついたのではないのでしょうか、秋の収穫が楽しみです。

9月13日(土)に北山田地区敬老会が実施されます。毎年75歳以上を対象に100名内外の方が参加されます。案内は自治委員を通じて差し上げていますので、奮って参加して下さい。色々な出し物があり、最後に皆様からご支援いただいた景品が当たる『お楽しみ抽選会』を行います。約2時間程ですが、スタッフ一同(この中にも対象者がいます)心を込めてお待ちしております。

今月号からみかづきだよりが左開きになりました。お気づきになられましたでしょうか？

(館長)

*****北山田ふるさと写真コンテスト2025 開催中!*****
【応募期間】2025.7.1(火)～2026.1.30(金)

※詳細はホームページ、又は自治会館にある応募票にてご確認ください。

