



## 謹んで新年のお慶びを申し上げます

昨年中に北山田地区コミュニティ運営協議会にお寄せいただいたご支援・ご協力に心より感謝申し上げます。地域の皆様、自治委員、民生委員をはじめ、多くの団体の皆様のご協力のおかげで、自治会館まつり、北山田地区敬老会などたくさんの方のコミュニティ行事が盛大に行われたことをありがたく思っております。

地域福祉活動も皆様のおかげで活発にできており、月1回開催の『ふれあい食堂みかづき』では多世代交流を図り、子どもから高齢者までたくさんの方にご参加いただき、楽しく・ふれあい・絆を深め、有意義な時間を過ごすことができております。高齢者のちょっとした困りごとを有償でお手伝いする『北山田くらしのサポートセンター』の活動も日に日に増えており、利用者に大変喜ばれています。自然災害に備えて『北山田防災士会』も各地区や各団体、小・中学校で防災訓練を行い、防災意識の向上に取り組んでいます。

国内外の対立や戦争、大きな自然災害の頻発な発生は、多くの人を不信不安に陥れ苦しんでいる人がたくさんいます。玖珠町でも特殊詐欺被害や交通事故が頻発しており、自分のことは自分で守らなければなりません。地域や隣近所で絆を深め、助け合い、支え合って、安心安全な地域づくりのお手伝いをしていきたいと思っております。

本年もコミュニティ活動により一層のご支援・ご協力をお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸を心よりご祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

北山田地区コミュニティ運営協議会 会長 秋好 憲一



北山田

みかづきだより

1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

## 湯浅さん&小野さん優勝! 北山田地区パークゴルフ大会

11月27日(木)三日月の滝パークゴルフ場にて、北山田地区パークゴルフ大会(北山田地区コミュニティ運営協議会・北山田地区愛育健康づくり推進協議会共催)を開催し25名の方が参加しました。

準備運動をした後、グループ毎に分かれて全12ホールを2周しました。朝は肌寒かったものの、日が照りだすと皆さん上着を脱いだり水分補給をしたり、各ホールからボールを軽快に打つ音も聞こえプレーを楽しんでいました。

入賞者には景品が贈られ、また参加者全員に参加賞やお弁当が配られ、充実した時間を過ごせたようです♪ご参加いただいた皆さんありがとうございました!



### 【優勝】

敬称略

(男性) 湯浅 博文(市の村)

(女性) 小野 百合子(代太郎)

【準優勝】 森山 博士(駅東)

【第3位】 岩尾 和大(平川上)

【第4位】 小野 信夫(代太郎)

【第5位】 吉永 末治(矢園)

【ラッキー賞⑦】 秋好 憲一(戸畑)

【飛び賞⑩】 斉藤 信義(代太郎)

【飛び賞⑳】 秋好 稔(戸畑)

【ブービー賞】 岩井 妙子(平川中)

【最高齢者賞】

(男性) 矢野 一義 87歳(矢野)

(女性) 岩井 妙子 84歳(平川中)

【ホールインワン賞】 矢野 純子(矢野)

※同点の場合、年齢の高い方を上位。

※過去2回大会で1~3位の方は、順位に応じてハンディ(10・7・5・3点)を加点。

## 秋のふれあいウォーキング



11月30日(日)に北山田地区愛育健康づくり推進協議会(佐々木雄二会長)がふれあいウォーキングを開催しました。

当日はお天気にも恵まれ町外からの参加者もあり、35名が北山田自治会館～浦ノ原の約4kmの道のりを歩きました。皆さん冬に向けて良い運動になったようです。

**北山田地区健康わくわくチャレンジ 2025  
開催中!(12/1~2/13)**

チャレンジカードを使って健康づくりに  
挑戦しよう!カードは自治会館窓口まで。



## 《ハツラツ健康教室》健美操

12月15日(月)のハツラツ健康教室は、後藤朝美先生を迎えて「健美操」を行いました。

健美操とは、呼吸法を取り入れ、経路やツボなどの流れを整えて、血流を促進していく体操です。

まだまだこれから寒い日が続きます。寒い時は、足首・お腹・腰を温めるのがいいそうで、皆さん呼吸とツボを意識しながら体操を行いました。



今月のハツラツ健康教室  
「介護予防体操」  
1月16日(金)14:00~  
自治会館 ホール  
お申込みは1/14まで

## 迎春 北山田駅に門松



12月16日(火)、コミュニティ役員が北山田駅で門松作りを行いました。

事前に竹の伐採や加工、飾り物(松、南天、梅、杉)などの材料集めも皆さんにご協力いただき、今年も立派な門松が完成しました!

寒い中、ご加勢いただいた皆さんありがとうございました。今年も良い年になりますように!!

## 《北山田ふるさと写真コンテスト2025》今月末まで!

- 【賞品】 グランプリ(賞金10,000円)1点 / 優秀賞(賞金5,000円)2点  
特別賞(3,000円相当の賞品)1点 / 入選(1,000円相当の賞品)5点
- 【応募期間】 2026年1月30日(金)締切 ※期日厳守
- 【応募資格】 どなたでも可。北山田にまつわるものならテーマは自由です。  
但し、撮影場所は北山田地区周辺限定。
- 【応募方法】 A4サイズにプリント。(データ持込みで自治会館でも印刷できます。)  
応募票を記入の上、作品裏に貼って期間中にご提出ください。(1人3点まで)  
※応募票は、北山田自治会館又はホームページでご確認ください。
- 【結果発表】 2月中旬頃に審査・発表予定。入賞者は北山田自治会館まつり(3月開催)にて表彰、会場内にて作品展示をします。





## オレンジカフェくすin北山田

12月5日(金)のオレンジカフェは、今年も残すところあと少しということで、今年やり残したことの話で盛り上がった後『クリスマスリース作り』を行いました。

赤と緑の折り紙でリースの土台を作り、金の折り紙やシール、キラキラしたペンで飾り付けました。みなさん熱心に取り組まれ、個性豊かな素敵なクリスマスリースができました♪

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】1月9日／2月6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

## 《高齢者居場所づくり活動報告》

【寿老人クラブ】

斉藤信義(代太郎)

11月の爽やかな秋日和の中、3年連続となる湯の迫温泉「太平楽」に寿老人クラブの15名で親睦旅行に行きました。

今回初めての方3名の参加もあり、昼食後に見海堂劇団の公演を観覧しました。笑いと涙の人情芝居に舞踊ショー、あっという間の3時間半でした。皆さん「来年も来たい！」と大盛況でした。

12月は公民館の門松づくり。新年が災害のない平和な年となるよう祈ります。



## 冬季の災害に備えよう！

冬季の地震や大雪など、万一の災害発生に備えて、自分たちでできる防災・防寒対策をしておきましょう！

### ● 寒さから命を守る

#### ／ライフライン崩壊に備えて

- ① 凍結防止対策。(食料品や飲み水の凍結対策)
- ② 寒さから命を守る対策。(暖房器具、電気、ガスなどが使えないことを想定し、保温性の高い衣類、石油ストーブ、ホッカイロ、手袋、マフラーなどの確保)
- ③ 自動車などのガソリンを満タンにしておく。移動手段、一時的な暖房に役立つ。(スタットレスタイヤ、チェーンの準備)
- ④ 避難時の雪道、道路凍結に備える。(保温性の高い履物、ゴム長靴、保温性の高い靴下など)
- ⑤ 避難ルートや避難所の確認をしておく。(避難所で暖房器具が使用できない場合や、食料品等が凍結している場合などを想定して準備)

(防災アドバイザー 秋好 憲一)



## ～みんなのひろば～

元気いっぱいのに！

吉永 末治(矢園)

1年は早い。太陽、地球、月と常に一定に回転しているのに、なぜか毎年月日が経つのは早く感じられる。

私たちの生活はあまり変化がなく平凡なように見受けられるが、世界情勢は日々変化している。ここ北山田では、皆様のご協力により4月に設立したくらしのサポートセンターもゆっくりだが船出し順調に進んでいるようだ。

今年は午年。パッパカパッパカと走り回り、乗り遅れないようにしたい。一定の速度で上ったり下ったり、時にはゆっくりと進んでいこう。毎年誰にでも乗り越えなければいけない山はあるだろう。しかしコロナ禍や少子化問題など、追い詰められた世の中で生き抜いてきた私たちは強く逞しい！今年も色々な事が起こるだろうが、うま(午)くいくかどうかは国の責任でなく、自分の考え方、生き方である。何はともあれ、今年も無事に船出して、良い航海ができれば最高である。

## 1月の予定

1	木	(元日)	
2	金	(休館日)	
3	土	(休館日)	
4	日	(休館日)	
5	月	仕事始め	
6	火		
7	水		
8	木		
9	金	北山田学級 10:00～ オレンジカフェくす 14:00～	
10	土		
11	日		
12	月	(成人の日)	
13	火		
14	水		
15	木		
16	金	わらべの館移動図書 10:30～10:45 ハツラツ健康教室 14:00～	
17	土		
18	日		
19	月	パソコン教室 10:00～	
20	火		
21	水	子ども見守り隊 下校時	
22	木		
23	金		
24	土		
25	日	玖珠町長選挙	
26	月	ふれあい食堂みかつき <b>1月はお休み</b> 次回は2月28日(土)	
27	火		
28	水		
29	木		
30	金		
31	土		

## 北山田くらしのサポートセンター

新年を迎え、増々厳しい寒さが続きます。

日々の暮らしの中で、ストーブがないと生活が困難な状況ではないでしょうか？北山田地区には給油所がなく、配達も少しではしてくれません。

北山田くらしのサポートセンターでは、依頼があれば木曜日と日曜日にまとめて配達いたします。灯油缶で配達し、給油等のサポートも行います。また、家の草刈り・剪定・家の中の片付け・家事支援・コイン精米・外出付添支援など、高齢者のちょっとした困りごとをお手伝いします。

ご利用希望の方は、下記くらサポ専用☎までお申し込みください。



《くらサポ専用☎》

(0973) 77-2550 (事務局 秋好)

【受付時間】 平日の9:00～17:00

## 編集後記

新年明けましておめでとうございます

去年は、女性として初めての首相に高市さんが就任しました。大丈夫かと思っていましたが、予想に反し、テキパキとこなしている様子を見て感動すら覚えます。国会の答弁も官僚の準備した文章を棒読みするのではなく、自分の言葉で話しているのには驚かされます。中国に対しても言うことははっきり言う様子に、今までの首相にはないものを感じます。ただ「こんなこと言って大丈夫か？」という発言もあり心配になることもあります。新たな年を迎え、是非とも長期政権の維持を願いたいものです。

今年は多くのスポーツ大会が開催されます。2月にはミラノ・コルティナ冬季オリンピック、3月に入るとWBCが始まり、今回も日本の優勝が期待されます。大谷翔平や山本由伸の米大リーグで活躍している日本選手の活躍が待たれます。6月にはFIFAワールドカップがカナダ、メキシコ、アメリカ共催で行われます。いずれも優勝の機会があり楽しみです。

今年も昨年同様マイペースでいこうと考えています。どうぞよろしくお願い致します。(館長)

北山田地区コミュニティ運営協議会の  
ホームページはこちらからご覧いただけます。→

