

坂下だより

坂下地区安心安全サポーター

全体会議が開催されました

サポーター連絡会事務局

天下井 一雄

6月3日(土)に日立南交流センター多目的ホールにおいて、標記の全体会議が開催されました。

当日は地域の安全を日頃から支える皆さんが一堂に会して、安全活動全般に関する熱心な話し合いが行われました。

恒例の安全講話を、久慈地区交番所長宇佐美智之様にお願いたしました。演題は「地域防犯の取り組みについて」でした。先月からスタートした県警の巡回連絡についても説明をいただきました。



坂下地区ソフトボールで優勝

南高野ファイターズ

佐藤 淳

梅雨の合間の猛暑の中、坂下ソフトボール大会に本年も参加しました。大会は7月2日(日)に開催されました。

1回戦の対戦相手は日立ファイターズ。昨年と同じ組み合わせで、打ち負けないように気合を入れて、初回に8点を取り、13対5で勝利しました。決勝は予想通り、久慈団ファイターズでした。ここ数年、決勝戦の定番です。相手チームは苦戦の末勝ち上がり、疲労が濃い中の決勝進出です。休養を取ることができた我がチームの打棒が爆発し、思いがけず28対3で圧勝しました。

8番打者が2本、中軸が2本、先頭打者が1本の計5本のHRが出ました。

大会のM・V・Pは走攻守に大活躍した埴君だと思えます。来年も優勝を目指してがんばります。最後にになりましたが、早朝より準備をされた役員の方々に感謝申し上げます。

奇数月25日発行
発行 者 日立市坂下地区
コミュニティ推進会
編集 者 調査広報部
TEL 52-3155
FAX 53-9122
http://www.net1.jway.
ne.jp/hitachi-minami/

第45回坂下地区ソフトボール大会

- 優勝 南高野
- 準優勝 久慈団地
- 第三位 日立ファイターズ
- 第四位 留・児島



地域福祉局主催 健康講演会に参加して

南高野団地 木村 まきこ



当日の受付の様子

令和四年に大和田町に立派な川崎病院が開院しました。7月1日(土)に川崎病院の医師お二人から講演を聞かせていただきました。小雨にもかかわらず、参加者は80名と多く、健康への関心の深さに驚きました。



初めに「サイレントキラー 高血圧について」のお話を堀田総一先生にうかがいました。高血圧は「静かな殺し屋」と言われるほどの恐ろしい病気だそうです。健康診断などで高血圧です、と言われても真剣に考えていませんでした。

脳や心臓、腎臓、眼底の疾患など臓器の障害が出るそうです。恐ろしい病気と知り、軽く見過ごしてはいけないと学びました。

- ① 塩分、糖分の摂取量
- ② 血圧は家庭で測る
- ③ 軽い運動を続けてする
- ④ 節酒、禁煙、

などを自分自身のためにも気遣うことが大切なことを学びました。続いて川崎俊一院長先生の「肛門疾患と便秘・大腸検査について」の講演を聞かせていただきました。

痔、便秘など色々な症状の写真を見せていただき、毎日の生活に関係のあるお話を先生の丁寧な説明でよく知ることができました。痔を軽く見てみると癌になることもあるそうです。そこで、大腸検査の必要性を痛感しました。

人生100年代健康寿命を延ばし、楽しい老後を元気で過ごしましょう。

フラダンスを体験しよう！



先生からレッスンを受ける皆さん

参加者代表 寺井 ヨネ子

7月6日(木)、日立南交流センターで開催された生涯学習事業主催の「フラダンスを体験しよう！」に参加しました。講師の方がパウスカートを用意してくださり、好きな柄のパウスカートを選んで気分はハワイ。昨年参加した時は手と足の振り付けをなかなか覚えることができませんでしたでしたが、今回はどうかかな？とちよつと楽しみました。

小又千賀子先生のユーモアあふれる楽しいトークに時々笑いが起こり、緊張感が解けて助手の方の指導もあって、間違えながらも1曲踊ることができました。終了後には素敵な参加賞もいただきました。次回計画していただけたら、フラをやったことがない人も覚えられるか不安な人も是非参加してほしいと思います。楽しい時間が過ごせますよ。

久慈団地支部と地区別懇談会を開催

地域福祉局 局長 吉成 秀昭



7月15日(土)、久慈団地集会所に於いて関係団体委員と久慈団地住民の38名の参加により、坂下コミ推と地域福祉局との地区懇談会を開催いたしました。

コミ推の大貫会長挨拶、地域福祉局吉成局長挨拶に続き、久慈団地大貫支部長より活動内容が報告されま

した。続いて防災ビデオ「地域で減災」を視聴していただきました。減災は身近な人「ひとりひとり」の繋がりが、「顔の見える」繋がりが大切だと認識されたことと思います。次に、坂下コミ推の概要説明と地域福祉局の活動紹介と関連事業の説明をいたしました。

意見交換では空き家を不動産屋が買い取りシェアハウスとして数人が入居しているので自治会に入会するための対応。高齢化により買い物病院等に出向く為の福祉バス等の運行。自治会を退会する世帯が多く、自治会の運営等が問題となりつつある等の要望がありました。解決の難しい課題もありますが、改善に向けて取り組んでまいります。

3年ぶりに久慈川河口で清掃作業を実施しました

久慈川水系一斉クリーン作戦が、

7月2日(日)に久慈川河口にて3年のプランクを経て開催されました。坂下地区コミュニティ推進会からは20名が参加しました。



開会式で挨拶する大貫健コミュニティ推進会会長

みなみ直売所 JA常陸 茨城県農産物組合

地元の新鮮野菜をはじめお米や農産加工品を豊富に取り揃えて皆様のお越しをお待ちしております！

営業時間/AM9:00~PM3:00
定休日/毎週水曜日
〒319-1234 日立市大和田町2222-1
TEL 0294-85-6700

カット専門店

if plus
イフ プラス

男性 女性 子供 1,500円
次回から40日以内 1,300円

日立市留町1730-1
TEL 53-0095
定休日 月曜日

(株)飛勤水産直営
「さかな」と「お食事」が楽しめる

お客様の味方
ひたち南ドライブイン

日立市大和田町2173
TEL:(28)1010(代)

YAMAHA
販売・整備・保管・マリン用品
ヤマハマリンショップ

(有)大貫マリン

日立市留町2699-7
TEL (53)6575
FAX (52)4392
http://ohnuki-marine.co.jp/