

朝陽地区コミ協だより

ふるさと



ちょうようとどろたき

朝陽轟滝

8月号

令和6年 NO.240

発行：朝陽地区コミュニティ協議会
薩摩川内市入来町浦之名 12508 番地
朝陽地区コミュニティ協議会 会長 成枝 親久

電話・FAX 0996-44-3225
朝陽地区コミュニティ主事 村岡 正章
朝陽地区コミュニティ協議会職員 兼子 愛

薩摩川内市DX活用促進事業（スマホ教室）



6月7日（金）10時～16時30分の間で40名の方にご参加頂き薩摩川内市DX活用促進事業（スマホ教室）を実施しました。スマホに変えたものの今一つ使い方が分からないと言う声も多いようでしたが、親切な指導により皆さんがSDGsポイント1000円分を受取り満足して帰って頂いたようでした。

❖ この事業は各コミュニティ年2回の計画ですので、次回の期日が決まりしだい ❖

お知らせいたします。



令和6年度 第1回体協役員会 6/25(火)

9名の参加で午後7時30分から開催されました。下小牧支部長あいさつの後、主事により議事進行し、以下のことが協議されました。

- ① 健康づくり部会 健康スポーツ費について
- ② 朝陽地区グランドゴルフ大会について
- ③ 第20回ブロック対抗バレーボール大会について



令和6年度 第2回運営委員会 6/27(木)

15名の参加で午後7時30分から開催されました。

- ① 台風明け等の道路パトロールの実施について
- ② 朝陽お助け隊を発足致します ③ 男性料理教室について
- ④ 徘徊模擬訓練について ⑤ 朝陽フェスタについて
- ⑥ 寺小屋について ⑦ 認知症養成講座の開催について
- ⑧ はんとけん体操について
- ⑨ DX活用促進事業(スマホ教室)について
- ⑩ その他



はんとけん体操！

6月12日(木)に朝陽コミュニティセンターで第1回「はんとけん体操」を開催致しました。約30名近くの方がお越し下さいました。運動・脳トレ・口腔トレが1つに！

自分のために



- ・歌いながら体操することで2つの動きを同時に
- ・自分の身体に合わせた動き
- ・疲れたら歌うだけでも口腔トレ



～はんとけん体操とは～【筋力アップで心身ともに充実人生】

- ① 足腰の筋力と柔軟性を高め、バランス能力が向上し、転倒予防します。
- ② 体操中の歌や手足の組み合わせ運動で脳が活性化し認知症予防にも。
- ③ 高齢者の間に交流のきっかけができ、孤立防止にもなります。



6月の美化清掃は蒲生原自治会の皆さんが作業に参加していただきました。午前8時からの作業でしたが約20名の方々の作業できれいになりました。ありがとうございました。

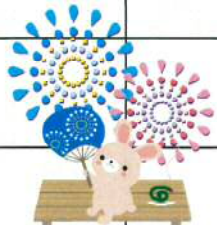


朝陽地区コミセン



カレンダー

日	曜	行 事	時間	日	曜	行 事	時間
1	木	朝陽たのしいお買い物クラブ ◆ 可燃ごみ	11:00	16	金		
2	金			19	土		
3	土			20	日		
4	日	コミセン美化清掃 堂園・天貴美・蒲生原・村尾	8:00 (予定)	21	月	◆ 可燃ごみ	
5	月	スーパーサロン ■ 燃やせないごみ ◆ 可燃ごみ	9:30	22	火		
6	火			21	水	はんとけん体操	13:30
7	水	いやしのカフェ朝陽 元気度アップカードご持参ください	13:30	22	木	朝陽たのしいお買い物クラブ ◆ 可燃ごみ	11:00
8	木	朝陽たのしいお買い物クラブ ◆ 可燃ごみ	11:00	23	金	☆ 資源ごみ	
9	金	☆ 資源ごみ		24	土		
10	土			25	日	太鼓踊り	
11	日	入来粗大ごみ中継 施設 受 入 日 (入来保健センター前車庫)	8:00~ 10:00	26	月		
12	月	山の日 ◆ 可燃ごみ		27	火		
13	火			28	水	はんとけん体操	13:30
14	水			29	木	朝陽たのしいお買い物クラブ ◆ 可燃ごみ	11:00
15	木	朝陽たのしいお買い物クラブ ◆ 可燃ごみ	11:00	30	金		
※都合により変更する場合があります。				31	土		



楽しいお買い物クラブのご案内



- ◆朝陽地区では買い物支援として、生協コープかごしまの配達とサロン活動を合わせた「楽しいお買い物クラブ」を実施しています。一度、ご参加ください。
- ◆コミュニティセンターで、毎週木曜日(11時～12時)に開催しています。

6月13日(木)は「グラウンドゴルフ交流会」を行いました。お買い物クラブのメンバーと地域の方々との交流を目的に開催しましたが、天気にも恵まれ皆さん楽しくプレーされ、盛り上がりました。

グラウンドゴルフの様子 (その1)



グラウンドゴルフの様子 (その2)



朝陽楽しいお買い物クラブでの人気商品 (その17)

毎週企画しています。

COOP おいしい赤飯

160g×3個 368円 (税込397円)



会員のみなさんのご利用の感想

- ・塩気もきいて、とてもおいしいです。
- ・レトルトパックなので、保存もできて便利です。