

第3回五和ふるさと祭りは 中止になりました

今秋予定されていた第3回五和ふるさと祭りは、昨今の感染症蔓延を考慮し、7月29日に行われた五和振興協議会常任委員会にて、中止を決定いたしました。

誠に残念ですが、明るく元気なお祭りを守っていただくため、どうぞご理解賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



第2回思い出の1枚

東部包括支援センターより

健康寿命を延ばして、元気で長生き！

令和3年度の平均寿命と健康寿命が発表されました📊

※健康寿命とは、介護などを受けず健康的に社会生活が送れる期間のことです。

	平均寿命	健康寿命
男性	81.47歳(−0.09)	72.68歳(+0.54)
女性	87.57歳(−0.14)	75.38歳(+0.59)

()内は昨年度からの増減

平均寿命は10年ぶりにほんのわずかに短くなりましたが、健康寿命は毎年延び、過去最高に！地域別でみると、大分県は男性1位：73.72歳・女性4位：76.60歳という結果に。自立した生活を送っている高齢者のほうが多い県と言えます。健康寿命を延伸する要因を、厚生労働省では高齢者の社会参加が増えていることが影響しているのではないかと分析しています🔍

そこで、もっと元気に長生きする秘訣を2つご紹介します。

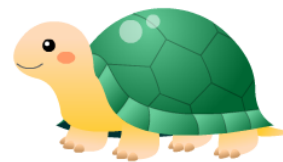
①毎日、人と会話をしましょう

ご近所の人と、あいさつだけで終わるのではなく「今日は天気がいいですね」「どこにお出かけですか」など、その次のひと言を 交わし、会話が できる関係を築きましょう。

②規則正しい生活を送りましょう

まずは「12時に昼ごはんを食べる」「15時に散歩に行く」など 1日1つ守ることを 決めましょう。そうすれば、その時間に間に合うように前後の生活が整ってきます。

ささいなことでも、無理のない範囲で続けていくことが大事🙏
できることから始めて、毎日を楽しく元気に過ごしていきましょう。



困ったことや不安なことがあれば、東部包括支援センターまでお気軽にご連絡ください!!

☎22-0248

五和だよりのバックナンバーを掲載中のホームページは、
📍 日田市五和公民館 で検索、または右のQRコードから
ご覧いただけます。



日田市五和公民館
TEL:23-5622
FAX:22-4127

イラスト著作権：
がくげい

五和公民館広報

9月号

五和だより



撮影場所：小山交流館

秋の田のかりほの庵の苫をあらみ

10月行事予定

17日 よるごはん

22日 五和チャレンジ教室

25日 男の料理教室

28日 女性セミナー

9月15日現在の予定です。
時勢により、急遽変更となる
場合があります。

五和地区(2022/8/31時点)

●人口 2,401人

●世帯数 1,128世帯

9月27日(火)は 公民館でマイナンバーカードが つくれます👤

日時：9月27日(火) 午前9時～午後16時

場所：五和公民館 和室

対象：日田市に住民票がある方

持参物：本人確認ができる書類

A…顔写真付きのもの(運転免許証や療育手帳など)

B…氏名、住所、生年月日がわかるもの

(健康保険証や年金手帳など)

Aなら1点、Bなら2点ご持参ください🙏

予約は不要です！

出張申請をご利用の方には
クオカード(500円分)を
プレゼントしています🎁

お問い合わせはこちら…

日田市マイナンバーカード出張申請サポート受付センター
(080-4209-5936)

詳しく知りたい方は
同梱のチラシを
チェック👁️

公民館主催・共催事業



チャレンジ寺子屋1日目

8日。今年もがんばります、チャレンジ寺子屋サマー1日目。日田高科学部のみなさんを先生に、午前中は夏休みの宿題、午後は科学実験教室に取り組みました👉空気砲、きれいな輪っかができましたか？



チャレンジ寺子屋2日目

27日。今年も高村真志さんの木工教室で、木箱作りを行いました。日田高バスケット部のみなさんにヘルプをもらいつつ、金槌の音を響かせます。自分で作った木箱、長く愛用してくださいね🌲



よるごはん

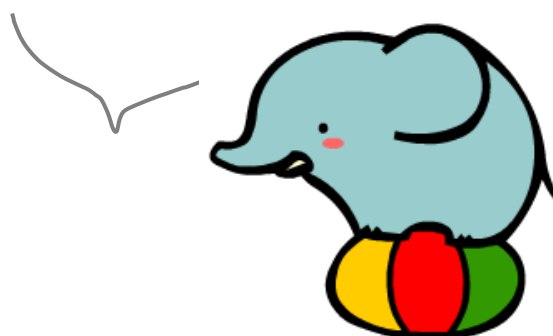
22日。今夜は「暑いときは暑い国の料理を!」ということでタイ料理です🔥ガパオライスと生春巻きを作りましたが、ライスペーパーの柔らかさには翻弄されました。ぜひご自宅でも挑戦くださいね!



男の料理教室

23日。本日はしらたきの野菜チャプチェほか2品を調理。チャプチェの野菜はタケノコやパプリカなど、食感の楽しい材料をたくさん使いました。ゴマも要所に入れ、風味豊かな一皿の完成です😊

定員に空きのある事業（教室）もあります。
ちょっと気になると思ったら、ぜひお問い合わせください♪



女性セミナー

26日。日本茶インストラクターの竹中昌子さんに、夏にぴったりの冷茶をたくさんご紹介いただきました。その中でも炭酸にした緑茶は、今まで味わったことのない新しい爽やかさで驚きましたね🌟

五和地区情報



石井小学校平和学習

5日。石井小学校は登校日。夏休みの登校日といえば平和学習ですね🐞それぞれの教室をリモートで繋ぎ、大事な話にしっかり目と耳を傾けました。



淡水魚教室

7日。日田市博物館による淡水魚教室。串川で行われ、親子でたくさんの魚を見つけました。なんと短時間で11種も🐟自然の大切さを学びました。

眠っている麻雀卓・牌はありますか？

健康マージャン教室開講にあたって、ご家庭にある不要な麻雀グッズを募集いたします。
麻雀卓・麻雀牌・麻雀マットなど…
譲ってもいいよ!という方は、
五和公民館(23-5622)まで
ぜひご連絡ください📞☎

安全運転支援装置を 設置してみませんか？

後を絶たないペダル踏み間違いによる事故。運転に少しでも不安のある方、対策を考えている方、あなたの車に安全運転支援装置を設置してみませんか？

安全運転支援装置とは…

- ・踏み間違いによる急発進を抑制する装置
- ・車線逸脱および先行車に接近した際、警告音を発するドライブレコーダー

日田市にお住いの65歳以上のドライバーを対象に、安全運転支援装置を新たに設置した方へ補助金を交付しています🚗

※サポカー補助金を利用の方は対象外です。詳しい条件等は、下記までご相談ください。

本庁市民課生活安全係(22-8395)

「20歳のつどい」 参加申込みはお済みですか？

成人式から変わりまして行われますお祝いの式典「20歳のつどい」。日田市外に住民票を移された方は、参加申込みが必要です🐞

開催日：令和5年1月8日(日)

場所：パトリア日田

対象者：平成14年4月2日～

平成15年4月1日生まれの方
日田市社会教育課(22-6868)もしくは五和公民館(23-5622)までご連絡ください。

受付期間：11月22日(火)まで

五和地区の防犯にご協力ください！

五和地区では日々の防犯対策として、小学生登下校時の見守りや、地域のパトロールを行っています🌟

毎日は難しいという方も、ほんの少しお手伝いしていただければ幸いです。

ご協力いただける方には、写真のキャップとベストをお渡ししています。

くわしくは公民館へお電話ください。

特に子どもたちが安心安全に通学できるよう、地区の皆様のお力添えを、お待ちしております。

五和公民館 館長
(23-5622)

