

地域活動の盛り上げはまず己の健康から

前月の広報さかもとで秋から年度末までの地域活動展開についてのお願い等を述べさせて頂きましたが、実は9月開催を決めた最初の大六天神社例大祭の直前に私自身がコロナに感染し、残念ながら私が6丁目の役員になって初めて例大祭を欠席しました。暫く自宅での治療に専念せざるを得ませんでした。この自宅でごろごろしている時に様々な思いを感じましたのでそのことを述べさせていただきます。

思えば会長就任当時、急にひざ痛におそわれ、児童の見守りにも支障が出てきたのでうわまち病院を紹介されて検査を受けましたら、狭心症と診断されました。ひざ痛の原因が狭心症か、と驚き、信じられませんでした。処方された薬の服用で一週間もしないうちにひざ痛が治まり、以降現在まで再発しておらず、また、医師の勧めで当時76kg あった体重を64kg に調整したことも一理あるとは思いますが、医療のありがたさに、ただただ、感謝の気持ちでいっぱいです。また更に、昨年4月に大きなめまいを覚えてうわまち病院に救急搬送され、検査の結果脳の血管が詰まりかかっている事がわかり、もし、車の運転最中にこの症状がでたら、大きな事故に繋がるのではないかと、恐れを感じましたので、即、車を手放し、運転免許証も返納しました。それが私にとって非常に良い結果となっていることが最近はっきりと解ってきました。医師からは、後遺症が残る、今症状が軽くてもいずれ足の麻痺がでたり、しびれが増したりすると言われていましたが、目まいの直後にわずかに足先の麻痺を感じていたり、手指の関節の違和感が今はなくなっているのがはっきりわかりました。今まで町内会館へ出かけるにも車を使っていましたが、車を手放してからはどこへ行くにもバス・電車利用のため、下車したら目的場所までは徒歩を繰り返す事で、筋肉のほぐれを促し、結果、健康を回復させたのではないかと思うようになり、健康こそが私の活動の源である事をはっきり自覚できるようになりました。どんなに気を付けていても100%病を避けられないと思いますが、気構えだけはしっかり持っていきたいと思えます。

皆さんもいちごご自身の健康を振り返ってみてはいかがでしょうか。

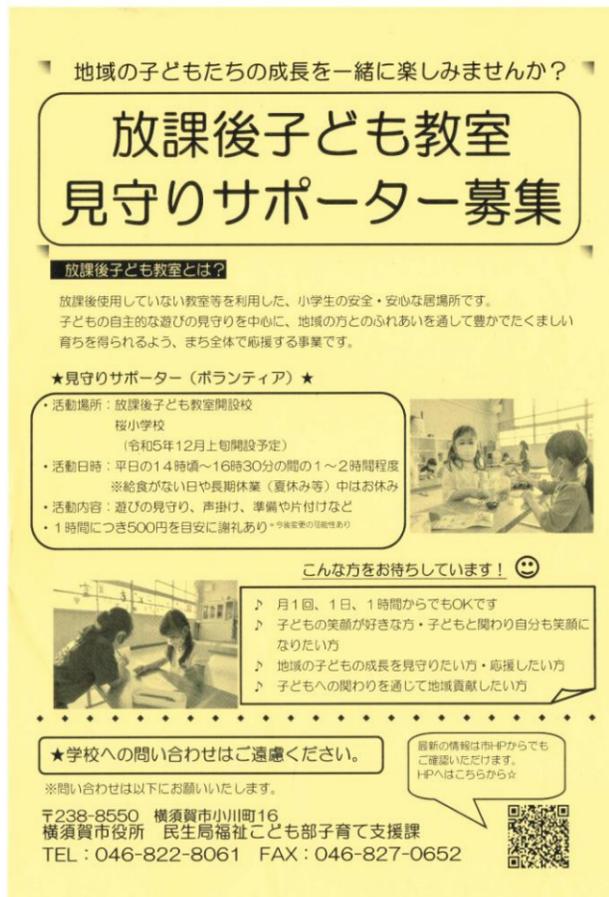
坂本連合町内会 井上善次



十二月十一日(土)十二月十二日(日) 九時～十五時
可愛いお子さまのご成長を願って
お祝いしましょう

大六天神社
七、五、三のお参りは上記以外の日でも受付しております。
(Tel・FAX: 825-7022 LINE ID: dairokuten-jinja)
初穂料は5,000円以上をお願い致します。

大六天神社の七五三のお祝いでは1家族ごとに神官が祝詞奏上を行っています。大変親しみ易い雰囲気ですので是非ご参拝ください。



地域の子どもの成長と一緒に楽しみませんか？
放課後子ども教室
見守りサポーター募集

放課後子ども教室とは？
放課後使用していない教室を利用した、小学生の安全・安心な居場所です。子どもの自主的な遊びの見守りを中心に、地域の方とのふれあいを通して豊かで楽しい育ちを得られるよう、まち全体で応援する事業です。

★見守りサポーター（ボランティア）★

- 活動場所：放課後子ども教室開設校 桜小学校 (令和5年12月上旬開設予定)
- 活動日時：平日の14時頃～16時30分の間の1～2時間程度 ※給食がない日や長期休業（夏休み等）中はお休み
- 活動内容：遊びの見守り、声掛け、準備や片付けなど
- 1時間につき500円を目安に謝礼あり ※謝礼等の現金はあり

こんな方をお待ちしています！😊

- ♪ 月1回、1日、1時間からでもOKです
- ♪ 子どもの笑顔が好きの方・子どもと関わり自分も笑顔になりたい方
- ♪ 地域の子どもの成長を見守りたい方・応援したい方
- ♪ 子どもへの関わりを通して地域貢献したい方

★学校への問い合わせはご遠慮ください。最新情報は市庁からもご確認ください。HPへはこちらから☆

お問い合わせは以下にお願いいたします。
〒238-8550 横浜鶴見区小川町16
横浜鶴見区役所 民生局福祉こども部子育て支援課
TEL: 046-822-8061 FAX: 046-827-0652

「カラオケサークル La・La・La メンバー募集！」

- ・歌が好き、カラオケが好きな人のためのサークルです。元気に歌ってリフレッシュしましょう！
- ・歌が好きな40代～80代の男女(定員5名)
- ・毎月1回カラオケ交流会に参加出来る方
- ・衣笠又は横須賀中央のカラオケ店

お問い合わせ 080-5734-1522(坂本町2)
管理人 みい



建築塗装のご用命は

木田 塗装

(坂本町3-16)

地元坂本で長い実績があります。親切丁寧をモットーにしております。
お見積もりは勿論無料で行っております。是非一度お気軽にお電話下さい。

代表 木田 清代治 Tel 090-4677-1058/046-824-3924

**この広報誌の3/4は町民の為に媒体(メディア)です、自由に使って下さい。例えば「旅行記」や何かの「体験談」や詩や俳句・短歌、短編小説、QRコードを貼り付けてInstagram紙面版?も 勿論ご意見や地域の課題提言など硬派も歓迎です。この街のちょっとしたトピックなども拾って頂けると嬉しいです。

お問合せ寄稿は メールで csc_taka@yahoo.co.jp 編集責任者 齊藤隆親(連合町内会総務担当)

坂本連町合同避難所運営訓練の案内

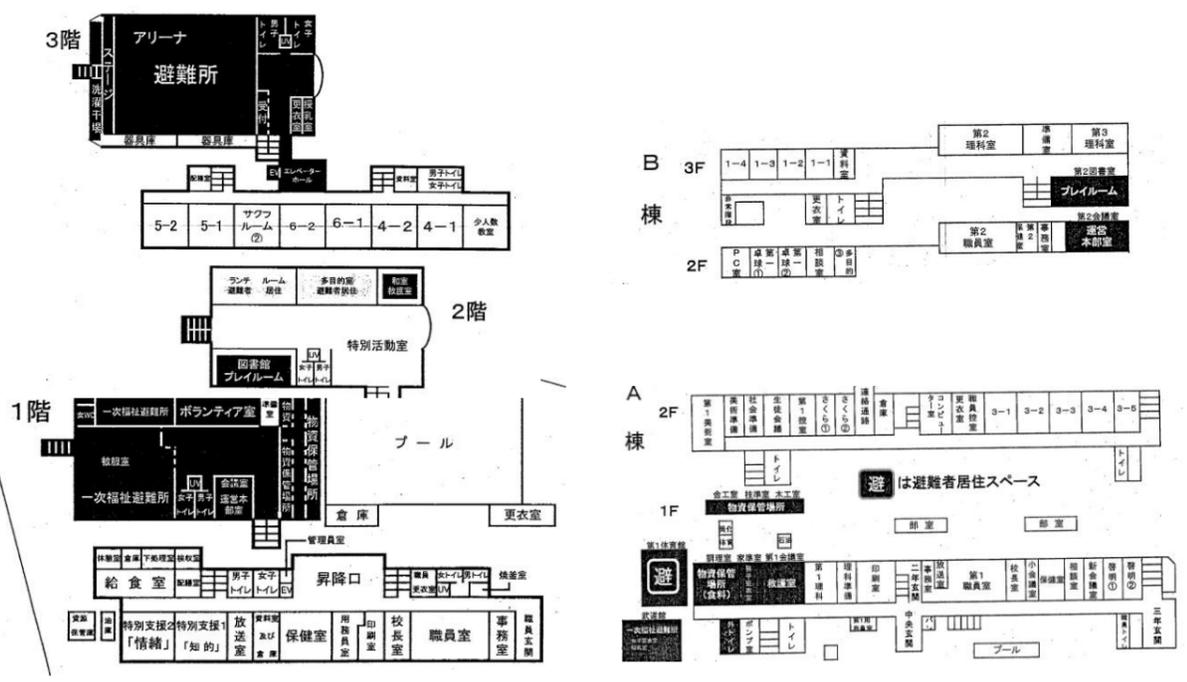
1. 日時・場所 11月19日(日)9時～11時30分 坂本中学校
2. 訓練対象者 各町役員・防災関係者(汐入地区からゲスト参加あり)
3. 主な訓練課目

・防災収納庫確認(収納庫の鍵の管理体制を確認)

{ 収納庫内の備品・装備品の確認 }

- ・避難所安全確認後 所定の各訓練・各活動班での意見交換
- ・避難所内の避難者への解放場所を確認します

*桜小 / 坂中の解放区域図参照下さい



10月22日～28日 坂本地区児童クリーンポスター展



わんぱく2023 フェスティバル

11月12日(日) 10:00～14:30
 神奈川県立 保健福祉大学
入場無料

子どもたちのステージ発表
 ・吹奏楽演奏(高校生・大学生)
 ・食育リールシアター
 ・ジュニアリーダーと遊ぼう!
 ・感飛行機、射的
 ・スタンプラリー など

おやこチャレンジ
 おもちゃの病院(修理)
 マジックショー
 中継体験車ドライブ
 カックスマカレット
 フラワー ハート セラピー など

カンボジアの子どもたちのために
 贈るハートニカ(ヤマハ、スズキ)
 カスタネット等の打楽器が
 2023.11.12から、お持ちください!
 ★国際交流ボランティアサークル★
 「アナーコート」

生涯現役フォーラム
 同時開催

ゴミの持ち帰りにご協力をお願いします。

令和5年度 横須賀市高齢者虐待防止市民講演会

介護にもたらす
音楽のチカラ
 聴にイキイキ 心に響く音楽

講師 近藤 真由氏
 (東海大学教養学部芸術学科 准教授)
 東海大学教養学部芸術学科音楽学課程卒業
 東海大学研究科に在学し、博士(医学)取得
 日本音楽療法学会認定音楽療法士

音楽が、心や身体に働きかける力について、
 東海大学教養学部芸術学科 准教授 近藤真由さんにお話しいただきます。
 介護者が生き生きと前向きな気持ちになれるような参加型の講演会です。

日時 令和5年 12月1日(金) 14:00～16:00(開場13:30)
 対象 市内在住・在勤・在学の方
 申込期間 令和5年11月11日(土)～22日(水)
 申込方法 横須賀市コールセンター
 046-822-2500
 会場 ヴェルクよこすか6階ホール (日の出町1-5)
 https://www.yokosuka-yksk.jp/

横須賀市民生局福祉こども部
 福祉の総合相談窓口 ほっとかん 046-822-9613

お家でのお困りごとございませんか? ヤマコウでは
 こんな事を 承っております!

不用品片付け 草刈りやお庭の手入れ 家屋解体工事 生前整理・遺品整理

御見積は無料で行っておりますので
 ぜひ、お気軽にお電話下さい

坂本町3-1-1
 代表 山田 圭一
ヤマコウ
 ☎080-5934-2051

葬儀全般 / 生花祭壇 / 家族葬ホール / 保冷安置室完備 / 洋型霊柩車

(有) 横須賀博善社

坂本中央プリエールホール 代表 田中 俊夫
 坂本町6-16 (中央斎場入口)・TEL 822-2089・FAX 822-2625
<http://www.yokosukahakuzensha.jp/>

※ 仏式・神式・キリスト教式・その他無宗教など、あらゆる宗派に対応致します
 ※ 一般葬・家族葬・社葬、友人葬、火葬式、葬儀全般、親身にご奉仕致します