



三原台校区自治連合会
 福祉委員 会
 自治連 合
 責任者 本
 発行 岸 啓
 編集 本 啓
 編集 本 啓
 部 報 部
 292-7015

近畿大学病院 三原台健康講座

生活習慣病③
「脳卒中、急いで行動してね」
 ～皆さんからの質問にお答えします～
 無料・予約不要（先着100名程度）

講師：近畿大学病院脳卒中センター
 教授/センター長 大槻 俊輔

日時：令和6年6月8日（土）
 10:00～11:00

場所：三原台地域会館
 直接会場にお越しください

お問い合わせ：
 会場や参加に関すること
 ◎三原台校区自治連合会
 072-292-7015
 講演内容に関すること
 ◎近畿大学医学部・病院運営本部
 総務広報課
 072-366-0221（内線3873）

近畿大学病院健康講座
 生活習慣病③
「脳卒中、急いで行動してね」
 ～皆さんからの質問にお答えします～

今回は第3回として、生活習慣病「脳卒中」をテーマにお話していただきます。多くの方々のご参加をお待ちしています。

・講師 脳卒中センター 教授/センター長 大槻 俊輔先生

・講演内容 「脳卒中急いで行動してね」
 ・皆さんからの質問にお答えします。

・日時 6月8日（土）10時～11時

・場所 三原台地域会館

・申込み 不要
 ・会場 都合上 当日先着100名程度とさせていただきます。

お問い合わせ 地域会館
 292-7015
 月～土 9～13時
 （日・祝休）

三原台校区自治連合会では、皆さんにより早く校区の情報が発信できるよう、新たな取り組みとしてLINE公式アカウントを作成しました。

校区の広報ツールは、今まで通り（みはらだより）がメインですが、開催が迫った行事の告知や、天候の急変などで行事に変更があった時など、スピーディーな発信を心掛け、皆さんにより

みんなで楽しく子育てを 『親子のつどい』

南区在住の乳幼児と保護者を対象に「親子のつどい」を開催します。

堺市立ビッグバンのこども劇場で、「うたのおねえさん&じゅん先生」と一緒に親子ふれあい遊びをします。

リズムに乗って歌ったり身体を動かして、子どもさんと一緒にママも沢山笑顔になって楽しんでください。みみちゃんも待っていますので、是非遊びに来て下さいね。

日時 6月25日（火）
 10時30分～11時30分
 受付10時

場所 ビッグバン

南区子ども家庭フォーラム
みんなでたのしく子育てを 『親子のつどい』

令和6年6月25日（火）10:30～11:30（受付10:00）

うたのおねえさん♪りあんちゃんと一緒に歌おう♪
 じゅん先生と親子で楽しむふれあい遊び

場所 堺市立ビッグバン こども劇場（※日は開演前までお申し込みください。ビッグバンの駐車券を2枚お持ちください。お申し込みは、お申し込みフォームからお願いします。）

対象 南区在住の就学前の乳幼児と保護者

参加費 無料

定員 先着100組（1組につき保護者2名まで）

申し込み 堺市電子申請システムにて予約受付 6月5日（水）10時～20日（火）17時

お問合せ 各校区主任児童委員・南区子育て支援課（TEL：290-1744）まで

主催：南区子どもネットワーク協議会 主管：南区主任児童委員協議会 共催：堺市立ビッグバン

三原台校区では、近い地域活動となるようにしていききたいと考えています。是非、登録して活用いただけると思います。

【三原台校区自治連合会】

LINE

※申込み受付
 ・堺市電子申請システム（QRコード）に
 6月5日（水）10時～
 定員・先
 着100組
 【南区主任
 児童委員会】

申し込みQRコード

三原台校区では
 皆さんに参加して頂ける活動をしています。

三原台校区では
 いろいろなボランティアが活躍しています。皆さんの大切な時間を少しでも「誰かの為に...」

◎ボランティアみはら校区の「高齢者の集い」の食事作りと訪問活動。
 第3土曜日定例会 10時～約1時間。

◎ボランティアこぶし 第1・3・4週金曜日「ふれあい喫茶」の運営。高齢者宅のちょっとした力仕事など。

◎子育て支援・陽だまり「未就園児のつどい」

◎青パト 小学生の登下校時、運動者と助手2人で三原台校区を巡回する。

◎見守り隊（ウォーキングパトロール） 小学生の登下校時、安全・安心の為の見守り活動

◎青少年指導地域巡回 第3金曜日20時～校区を回る。

全てのボランティアは何時でも受け付けています。お問い合わせ 三原台地域会館 292-7015まで

校区ボランティア活動の紹介と募集

◎楽笑クラブ 第1水曜 10～11時30分（介護予防体操・脳トレ）（府営以外70歳以上対象）

◎元気モリモリ体操 第1木曜13時30分～15時（介護予防体操）

◎チューブ体操 第2・4木曜 13時30分～15時（体操）（年会費）

◎コーラス ハモリーナみはら 第2金曜・10時30分～（年会費）

◎いきいきサロン 第3水曜・10～11時30分（レクレーション）

◎喫茶モーニングサロン 第1・3・4・金曜 9～11時

◎3B体操 第3火曜日 のりのり体操9時30分 ワクワク体操10時30分

◎お困りごと なんでも相談室 第1金曜 9時30分～10時 地域包括支援センターの方が来て下さいます

◎ひなたぼっこ 第4水曜 13～15時 1丁府営住宅14棟集会所 参加費100円（府営の70歳以上 1人暮らし対象）

◎自主クラブ活動 グラウンドゴルフ ディスカン インディアカ 卓球 囲碁

お問い合わせ 292-7015

【三原台校区福祉委員会】

この機関誌は毎月1回 3500部発行しています

皆さんのお出かけ先

福祉委員会が応援しています

喫茶モーニングサロン

いさくら

おしゃべりしましょ

三原台校区自慢の福祉活動「喫茶モーニングサロンこぶし」は男性ボランティアの豊富な手作りメニューで活動し、地域の皆様の交流の場として、毎回賑わっています。



「喫茶モーニングサロンこぶし」は元気の源、憩いの場です。ホッとひと息つきたい時、仲間とおしゃべりしたい時、ボランティアに興味のある方、いつでもいらしてください！
沢山の笑顔で待っています！！
毎月第1・3・4金曜日
9～11時

元気

モリモリ体操



元気モリモリ体操教室

毎月第1木曜
13時30分～15時
筋肉や関節を鍛えながら頭脳を活性化させる運動をしています。見学に来てください。

のりのりワクワク

3B体操

いつまでも元気に過ごすために、心も身体も鍛えておきましょう。

初めての方も、経験ある方も、楽しく身体を動かしましょうか！

毎月第3火曜日・・・

★①のりのり体操

9時30分～10時15分

★②ワクワク体操

10時30分～11時15分

★各回の定員 10人程度

★個人で用具を購入して頂きます

★上靴・飲み物各自で用意

初回のみ電話予約の上、

参加してください。

29217015

地域会館まで

コーラス

ハモリーナ

毎月第2金曜日

10時30分～1時間

(8月休み)

4丁の村上多恵子先生のご指導で、童謡・抒情歌・

フォークソング等楽しみながら歌っています。

クリスマスコンサートもありです。

年会費3000円

お問い合わせ

29217015

地域会館まで

育児中の皆さん！

相談や質問

なんでもどうぞ

陽だまりは年5回、いづみがおか幼稚園、みはらだいいこども園の先生と保健師さんのご協力で、絵本の読み聞かせやリズム遊び、保健師さんは体重や身長の測定、育児食のこと、お母さんの健康についてなどお話が聞けます。



7月11日(木)

10～11時30分

子育てひろばみはらの夏まつりに参加します

楽笑クラブを

ご存知ですか？

毎月第1水曜日の10時から12時まで地域会館で開催しています。

シニア世代の皆さんが対象で、社協の方、保健センターや南第四地域包括のスタッフによる健康等に関する、ためになるお話や情報提供と簡単な体操。

認知症予防のための漢字や計算のクイズに挑戦。虫

食い川柳に頭をひねり、お

茶とお菓子をいただきながら、楽しかったことや嬉しかったことを紹介しあい、

笑いあえるひとときを過ご

します。

ぜひ一度のぞいてみてください。

【民生児童委員 宇都宮】

ださい。

【民生児童委員 宇都宮】

ださい。

【民生児童委員 宇都宮】

ださい。

【民生児童委員 宇都宮】

ださい。

地域のカレンダー

令和6年6/1～6/30

- 6/5(水)楽笑クラブ 10～12時
- 6(木)元気モリモリ体操 13:30～15時
- 7(金)喫茶モーニングサロン 9～11時
- お困りごとなんでも相談室 9:30～10時
- 8(土)校区定例会 19:30～
- 9(日)校区内清掃 三原公園集合 8時
- 13(木)チューブ体操 13:30～15時
- 14(金)コーラスハモリーナ 10:30～
- 15(土)ボランティア会議
- 18(火)3B体操のりのり(立位) 9:30～
- ワクワク(座位) 10:30～
- 19(水)いきいきサロン 10～12時
- 21(金)喫茶モーニングサロン 9～11時
- 23(日)ソフトボール大会 三原台中学校校庭
- 27(木)チューブ体操 13:30～15時
- 28(金)喫茶モーニングサロン 9～11時

オンライン みはら文化まつり

写真・動画 投稿大募集

三原台でがんばっておられる皆さま！あなたのステキな写真や動画を投稿してください！インスタグラム「みはら文化まつり」で紹介させていただきます！丹精込めて作られた作品や変わりゆく三原台の風景や日常のスナップ写真、ダンスや歌などの動画を募集しています。皆さまのたくさんのご応募をお待ちしております！

☆作品は写真で、動画は1分以内で送ってください(募集期間2024年6月1日～随時)

《応募方法》

○パソコン・携帯のメール

で

○スマホ・タブレットから

投稿用QRコードからメ

イル作成ページへ

☆写真や動画と下記内容を

入力して送信してください



Instagram QRコード

投稿用 QRコード



✉miharadai.bunka@gmail.com

南第4地域包括支援センター お困りごとなんでも相談室

6月7日(金曜日) 9:30～10:00 三原台地域会館

みはら子育てひろば イベント予定

☆親子ヨガ

5月13日(月)

10時30分～11時30分

毎月おこないます

日程未定

☆今こそ防災！

大事な人を守るために

5月23日(木)

10～12時

☆ハッピーリユース

6月1日～6月28日まで

【みはら子育てひろば】

校区内清掃

6月9日(日)

午前8時より

三原公園前集合

雨天の場合

6月16日(日)

【環境美化部】

