



**喫茶こぶし**  
23日(日・祝) 24日(月・振)  
10:30~15:30  
〈メニュー〉  
ジュース・コーヒー  
ぜんざい  
「フラットプラット」  
でお待ちしています

Instagramと同時開催!!  
**みはら文化まつり**  
**作品展**  
11月23日(日・祝) 10時~16時  
24日(月・振) 三原台地域会館

読書の秋、食欲の秋、芸術の秋、  
みはら文化まつり開催 ご来場をお待ちしています。

**みはらだより**

三原台校区  
福祉委員会  
自治連合会  
発行責任者 岸本啓司  
編集 本 啓 司  
編集 本 啓 司  
Tel 292-7015

**絵手紙教室**  
24日(月・振) 10:15  
※10:15までに入室してください。  
定員 15名(要予約)  
申込み  
地域会館まで  
☎ 292-7015

**谷さんの工作教室**  
23日(日・祝) 24日(月・振)  
10:30~15:30  
★牛乳パックのビックリ箱  
★2連ブンブンこま  
★トコトコ亀さん  
※当日参加可能

**大人の折り紙教室**  
23日(日・祝)  
10:30~14:30  
※当日参加可能

どのコーナーも道具類はすべてご用意します。お気軽にご参加ください!

**2025年度三原台校区防災訓練!**  
12月7日(日) 9時~12時  
訓練参加で三原台に住む皆さんの  
防災力が高まります。

みはちゃん  
らだいくん

**《訓練の主旨・参加目的》**  
三原台校区では、今後発生が懸念される南海トラフ巨大地震や上町断層帯地震のほか、突発的に発生する風水害に備え、災害時における「自助」「共助」の大切さを考え、また家族を守る平常時からの備えの充実を図り、災害に強いまちづくりを進めるため、防災訓練参加を通じて校区の人の繋がりと防災力を高めていきたいと考えています。

**当日の流れ**  
《午前9時に地震発災》  
①各单位自治会の一時避難所へ集合。安否確認を行います。  
②災害対策本部・避難所(三原台小学校)まで、発災時間帯や道の被害状況等をイメージしながらルートを決め、移動してください。  
《小学校でのプログラム》  
体験型防災訓練  
①起震車による地震体験  
②煙・暗闇避難体験  
③水消火器による消火体験  
④知って役立つ学びと体験  
・在宅避難について学ぶ  
・災害時のトイレ事情を学ぶ  
・防災食の試食

**『健康の集い』のお誘い**  
心も身体も健康に!

長く暑かった今年の夏、ようやく心地よい季節がやってきました。  
今年の「健康の集い」は、レクリエーションをしながらフレイル予防に挑戦!笑って笑って楽しい時間を過ごしたいと思います。  
三原台在住で75歳以上の方ならどなたでもご参加頂けます。ご夫婦で、ご近所でお誘い合わせの上お申し込み下さい。  
※ボランティアがお誘いし

【校区福祉委員会】  
申し込み 11月15日(土)  
11月29日(土)  
地域会館 電話番号 292-7015

【校区自治連合会】  
申し込み 11月15日(土)  
11月29日(土)  
地域会館 電話番号 292-7015

**「南区ふれあいまつり」ボランティア**  
ご出し出店

11月9日(日) 西原公園  
で「南区ふれあいまつり」が開催されます。  
今年も三原台名物、ボランティアの美味しいおこわ・おはぎ、スープを販売します。  
ふれあいまつりには、各校区が趣向を凝らしたお店を出しています。  
販売は10時15分から。  
来てくださーい!  
会場お待ちしております。  
【校区自治連合会】

**喫煙マナー**  
向上区域に指定

路上喫煙やポイ捨てが原因となる環境の悪化を防ぐため、路上喫煙等マナー向上重点啓発区域として、令和7年11月1日に新たに泉ヶ丘駅周辺が指定されます。  
詳細は10月号広報さかいに掲載されています。近畿大学病院敷地内及び緑道、小学校周辺も禁煙です。  
【校区自治連合会】

**AED講習会は**  
緑返し受講が大切!

9月27日(土) 堺市消防局から講師をお招きし、29名の方が参加してAED講習会が開催されました。  
ビデオを見ながら、丁寧な説明のもと、胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDの使用方を教えていただきました。胸骨圧迫はあっぱくん(練習用の装置)を使用して練習(写真)。その後、人形とAEDを用いて、参加者皆さんで全体の流れを連携して復習しました。  
知らない情報や実際の体験談もお話していただき有意義な時間を過ごすことができました。  
今後は、この経験を躊躇なく行えるように心がけていきたいです。  
【校区防災士 廣瀬】

【この機関誌は毎月1回 3500部発行しています】



ロゴマークのイメージ: 「みどりの中で豊かなくらしを実現できる堺市南区」

### 元気に笑顔で「敬老大会」

まだまだ暑さの残る9月13日(土) 100名を超える参加者のもと「敬老大会」が開催され、南区の中山区長をはじめ、来賓の皆様からお祝いのお言葉をいただきました。

100歳以上の高齢者が南区全体で82名、三原台では7名のかたが居られるとのことでした。

いずみがおか幼稚園の園児さんから、恒例のビデオレターとプレゼントが届き、可愛い映像に皆さん笑顔。

続いて、夏木美衣さんが華やかなお着物で登場。懐かしい歌をたくさん唄われ、笑顔で一緒に口ずさむ方がどんどん増えていくのが見受けられました。

南第4地域包括支援センターから、特殊詐欺を防ぐには、さかいが大切。

「さ・か・い」とは、「さ」詐欺と疑ってみる。「か」確認や相談をする。「い」一旦電話を切る。皆さん覚えられましたか。

南保健センターから早口言葉の口腔体操で誤嚥を予防し元気に過ごしましょう。

また、例年になく9月でもインフルエンザが流行しているので注意してくださいとのことでした。

最後に、ボランティアみはらさんと合唱し、ボランティアこぶしさんとボランティアみはらさんの作った

お赤飯をお土産に散会となりました。これからも大きな声を出し、しゃべって、笑って元気に楽しく過ごしてくださいね。

【民生委員 藤田】



「たぬき 子だぬき 孫だぬき ひ孫だぬき」早口言葉の口腔体操



熱唱する夏木美衣さん



### フリースペース「みはら遊び場ひろば」ニュース

9月の「みはら遊び場ひろば」は、初めての参加の方が多く新たな交流がありました。パステルで絵を描いたり、編み物したり、思いの活動が素敵です。いつも地域の行事で仕事を指導してくださっている手先の器用な谷さんは、毎月の遊び場ひろばでも、いろいろな折り紙細工を教えてくださいます。



今月は お月見にちなんでウサギを折りました。今日は「谷さんに折り紙教えてもらうねん」と谷さんの登場待ちの方もいました。交流の輪が広がると嬉しいです。

次回は10月24日(金)です。どんな出逢いがあるでしょう。たのしみです。※家に余っている折り紙があれば、ご提供ください。

【校区福祉委員会】

### 地域のカレンダー 令和7年 11/1~30

太字は校区福祉委員会行事

|          |                  |             |
|----------|------------------|-------------|
| 11月1日(土) | 文化部会             | 10:00~11:30 |
| 5日(水)    | 楽笑クラブ            | 10:00~12:00 |
| 6日(木)    | 元気モリモリ体操         | 13:30~15:00 |
| 7日(金)    | 喫茶モーニングサロン       | 9:00~11:00  |
|          | 南第4地域包括なんでも相談室   | 9:30~10:00  |
| 8日(土)    | 校区定例会            | 19:30~      |
| 9日(日)    | 南区ふれあいまつり        | 10:00~15:00 |
| 13日(木)   | チューブ体操           | 13:30~15:00 |
| 14日(金)   | コーラスハモリーナ        | 10:30~11:30 |
| 15日(土)   | ボランティア会議         | 10:00~      |
| 18日(火)   | 3B体操 のりのり体操      | 9:30~       |
|          | ワクワク体操           | 10:30~      |
| 19日(水)   | いきいきサロン          | 10:00~12:00 |
| 23日(日・祝) | みはら文化まつり作品展      | 10:00~16:00 |
| 24日(月・振) |                  |             |
| 27日(木)   | チューブ体操           | 13:30~15:00 |
| 28日(金)   | フリースペースみはら遊び場ひろば | 9:00~12:00  |
| 29日(土)   | 防犯部会             | 17:00~      |
|          | 防災部会             | 17:30~      |

### 三原台小学校2年生 町探検 『えがおにひみつたんけんたい』

2年生が授業の一環として、地域のことを調べるため、クラス別で地域会館に来てくれました。自治会活動はよく知らないという子どもたちも多い中、地域活動としての見守り隊や青パトの活動はよく知ってくれていました。会館内の探検で、色々な事業を行っていることや、2階の厨房から下ろすために運搬用エレベーターがあることを知りビックリしていました。

最後に3B体操を行い、心の通う笑顔溢れる体験をしました。地域活動等を知ってもらうよい機会になったのではないのでしょうか。その後、授業参観で調べたことを発表するからと招待され行ってきました。話したこと以上に、自分たちで調べたことを大きな紙にまとめた素晴らしい発表でした。

【校区自治連合会】



### 校区内清掃

12月14日(日) 午前8時より

三原公園前集合

雨天の場合

12月21日(日)

【環境美化部】



### 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

11月7日(金曜日) 9:30~10:00 三原台地域会館