みどり町5・6丁目自治会だより［10月号］

人口2,130　男1,057　女1,078　世帯917　　8月末現在

令和３年10月１日
第293号
公民館℡　972-5606

班長さんへ

いつも自治会にご協力頂きありがとうございます。自治会費の徴収、広報の配布をよろしくお願い致します。大変恐縮ではございますが早めのバッグ返却をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ・体操サークル 10:00～	2
3	4 ・自彊術 10:00～	5 ・体操サークル 10:00～ ・パトロール 15:00～	6	7	8 ・体操サークル 10:00～	9 ・11日会 20:00～
10	11 ・定例 緑樹会 14:00～	12 ・体操サークル 10:00～ ・パトロール 15:00～	13	14 ・英会話サークル 14:00～	15 ・体操サークル 10:00～	16
17	18 ・自彊術 10:00～	19 ・体操サークル 10:00～ ・パトロール 15:00～	20	21 ・英会話サークル 調整中	22 ・体操サークル 10:00～	23
24 31	25 ・自彊術 10:00～	26 ・体操サークル 10:00～ ・パトロール 15:00～	27(第４水) 公民館 午後８時まで	28 ・英会話サークル 調整中	29 ・体操サークル 10:00～	30

※今月のみどりの会は今月から再開です。日程は決定次第連絡します。
※今月の定例緑樹会は11日(月)14:00～です。
※今月より、地域安全パトロールを再開いたします！(毎週火曜日15:00～)

・古紙　・衣類 ・ビン	・燃えないゴミ ・有害ごみ	・缶 ・ペットボトル	燃えるゴミ
毎週 月	毎月 第2・4 木	毎週 木	毎週 水・土
・段ボールや古紙は紙ひもで必ず十字に縛って出してください。 ・衣類は再利用可能なもので、資源ごみの袋に入れて出してください。 ・もえないゴミは指定の袋に入れて出してください。 ・ビン・有害ごみはかごに入れて出してください。		・缶はかごに入れて出す。 ・ペットボトルは資源ごみの袋に入れて出して下さい。	・指定のゴミ袋に入れて出して下さい。 （廃棄する衣類も・）

※「H29　ゴミの分け方・出し方ハンドブック」を公民館で用意しておりますので、必要な方は公民館まで受け取りにいらしてください。

～敬老会について～

今年度の敬老会は残念ながら、新型コロナウイルス感染症防止の為、中止となりましたが、５・６丁目自治会では、トーカチ・カジマヤー・新100歳の方々が合わせて11名いらっしゃいました。

おめでとうございます！

日頃の感謝の気持ちを込めて、ささやかですが、自治会からお米、緑樹会からお祝儀をお祝いとして差し上げました。これからも皆様がいつまでもお元気で、楽しい毎日をお過ごしいただけますように！　そして、これまで培った豊かな経験と知識でこれからも末永く、ご指導くださいますようよろしくお願い申し上げます。

ちゃあがんじゅう　しみそ～りよ～

令和３年度　区費のお支払いについて

区民の皆様、班長さんのご協力により公民館にて自治会費のお支払いが順調に推移しております。大変ありがとうございます。お支払いがまだの方はコロナ過の中、大変恐縮ですが、５・６丁目公民館にて納めて下さいますようお願い致します。班長さんもコロナ対策で対面での徴収が厳しい状況となっております。どうぞ区費のお支払いは公民館へ直接納入をお願い致します。

問合せ公民館☎：098-972-5606

☆第４水曜日は午後８時まで開館してます

９月以降のワクチン接種について。

12歳以上の全年齢（12歳～15歳は個別医療機関のみ）を対象とした予約開始をしております。詳しい内容はうるま市公式ホームページをご確認ください。問い合わせ連絡先窓口：
098-923-7140（平日８：30～）

防ごう「フレイル」（社会参加編）

「フレイル」とは健康と要介護の狭間にある状態で、加齢にともない、筋力や活力が低下している状態をいいます。フレイルは予防することで、食い止めることができます。今月は「社会参加編」です。

「外出する機会が減った」「身近に話ができる友人や知人がいない」「地域活動や趣味活動に参加することが少ない」‥‥自粛生活が長引くことで、社会との関わりや人と交流する機会が減ったり、外出する事が少なくなってきているかと思います。こうした「つながり」の機会が減少することが、フレイルの最初の入口になりやすいと言われています。

★予防のポイント★

①まずは外に出てみましょう。（買い物に出かけたり、近所を散歩したり･･･ まずは家の外に出てみましょう。）

②話をしましょう。（会うことが難しい場合には、電話したり、メールや手紙でやり取りし、お互いの近況を話しましょう!!）

③地域の集まり、講座などに参加してみましょう。

（楽しさややりがいが感じられることを見つけ、自分に合った活動を続けましょう!!）

＜例＞交通安全ボランティア、本の読み聞かせボランティア、地域の公民館活動に参加する等

～ 裏面へ続く ～

～区民清掃参加ありがとうございました～

19日（日）は県道75号線を中心に清掃を行いました。
今回も、清掃ボランティアとして中学生・高校生の生徒たちが参加してくれました。
あげな中学校から16名、前原高校から4名、地域の方々が25名、計45名の方々が来てくれました。また、清掃中に県道沿いのラーメン屋「麺やKEIJIRO」様より子ども達へ飲み物の差し入れがありました。また、上原 昌一様より飲み物代として寄付をいただきました。ありがとうございました。
　たくさんの子ども達が参加してくれて、地域の方々も大変喜んでくれました。
清掃終了後は沖縄そばを食べてみんなでワイワイと楽しんでいたようです。
コロナ過の中で地域の子ども達との交流がなかなかできない中での今回の清掃活動でしたが、子ども達の笑顔が見られ、また友達同士で楽しそうに清掃に取り組んでいる姿をみて、これからも地域の方々や子ども達との交流がたくさん出来れば良いな～!!と思いました。
参加してくれ皆様、ありがとうございました。

うるま警察署よりお知らせ

～ 保護者・自転車を運転の皆様へ ～

自転車の任意保険に加入しましょう!!

近年、自転車事故で「加害者への賠償請求が高額」になる判決が増えています。
子どもが自転車事故により、加害者となってしまうケースも発生しております。

＜例＞ ① 小学５年生（当時11歳）の男子が、夜間、歩道と車道の区別のない下り坂の道路を自転車で走行中、歩行中の女性（62歳）と正面衝突。女性は意識が戻らない状態になった。
- 損害賠償‥‥約9,500万円（※この判例では、監督義務を問われた親権者が賠償を求められました。）

② 昼間、男子高校生が交差点のかなり手前から車道を斜めに横断して、自転車横断帯に入り自転車で対向車線を直進してきた会社員（24歳）と衝突。会社員に言語機能喪失等の損害が残った。
- 損害賠償‥‥約9,300万円

③ 日没後、自転車通行可の歩道を自転車のライトをつけず通行中の中学生が、加速した直後、正面からきた歩行者と正面衝突。歩行者は転倒、死亡した。
- 損害賠償‥‥約4,000万円

自転車くらいで・・・と思わず、家族のため、
歩行者のため、保険に加入しましょう!!

＜自転車安全利用５つのルールを守りましょう!!＞

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
   ※１３歳未満は歩道を通行することができます。
   ただし、歩行者の妨害とならないように注意！
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道よりを徐行
4. 安全ルールを守る
   - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
   - 夜間はライト点灯
   - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
5. 子ども（１３歳未満）はヘルメットを着用