

# 令和4年9月号 もぎふれセン情報便



## 茂木地区ふれあいセンター

長崎市茂木町 75 番地 10 (茂木合同庁舎2階)  
☎ 095-836-0200 FAX 095-836-0223  
メール mogik@ngs1.cncm.ne.jp



Instagram  
(インスタグラム)



Twitter  
(ツイッター)

QRコードを読み取ってフォローをお願いします。

## ★茂木四国霊場八十八ヶ所の 保存整備にご協力を！

茂木地区ふれあいセンターは、地域資源の保存と継承に取り組んでいます。

茂木地区には、昭和の初めに茂木四国八十八ヶ所霊場が整備されました。これまでに多くの方が訪れ、地域の方々が大切に守ってこられました。しかし、近年では遍路道が荒れて通れなくなったり、祠が壊れているところがあります。今後、茂木地区ふれあいセンターでは、地域の方々と一緒に遍路道や霊場の整備活動に協力していきます。

これからの保存整備にあたっては、皆様からのご寄付などによるご支援ご協力をよろしくお願いいたします。なお、ご寄付くださった方には、茂木四国八十八ヶ所霊場御朱印札を進呈いたします。詳しくは茂木地区ふれあいセンターまでお尋ねください。



荒れた遍路道



崩れかけた第59番霊場



御朱印札



壊れかけの第47番霊場

## ★茂木四国八十八ヶ所めぐり ウォーキング



### 第1回 山川河内～太田尾～飯香浦(14 霊場)

朝霧山の会の皆様のご協力のもと、茂木地区の探訪と健康づくりを目的として、9月から茂木地区内を6つのコースに分けて実施します。

- 開催日 **9月26日**(月) 集合時間 9:40
- 集合場所 山川河内バス停
- 解散場所 飯香浦バス停 15:00ごろ 予定

※参加希望の方は、事前に茂木地区ふれあいセンター(電話・FAX・メール)までご連絡ください。

※集合時間までにお越しください。(時間厳守)  
※山歩きの服装、ウォーキングシューズなどでご参加ください。  
※弁当、水筒、雨具をご持参ください。 ※雨天延期

## ★茂木花火大会協賛へのお礼

《茂木花火大会実行委員会》

多くの皆様のご支援に感謝申し上げます！

みんなでつくる！茂木花火大会に、皆さまから多くのご支援をいただきありがとうございました。8月20日の夜空に打ち上げられる花火はとて煌めいて素敵な夜になることでしょう。ご支援いただきました方々の中には、遠くは神奈川県の方もいらっしゃいました。ふるさとをもっと盛り上げたいという多くの方の思いが詰まった花火大会になることでしょう。茂木花火大会に協賛していただきました皆様へ心から感謝とお礼を申し上げます。

# もぎふれセン 自主講座 情報

電話・FAX・メール  
でお申込みください。

※発熱や体調不良の方はご遠慮ください。マスク着用をお願いします。  
※新型コロナウイルス感染状況によって、変更する場合がありますのでご了承ください。

## ★健康麻雀教室 初級・中級コース

参加  
無料

健康麻雀は、「お酒を飲まない」、「タバコを吸わない」、「お金を賭けない」といった健康的な麻雀のことをいいます。

また、仲間づくりや生きがいがづくり、健康維持や老化・認知症予防に効果があるともいわれています。

麻雀を知らない方や少しわかる方に麻雀の基本をプロの講師がお教えます。また、経験者でもとうまくなりた方も是非ご参加ください。

■日 時 10/10(月・祝) 10/17(月) 10/24(月)  
11/7(月) 11/14(月) 11/21(月)  
13:30~15:30

■場 所 第1研修室(旧講堂)  
■定 員 16名 (最少催行人数8名)  
■講 師 白石 晃一 先生  
(長崎ジェントル  
健康マージャン協会代表)  
■締切り 10月5日(水)まで

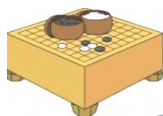


## ★茂木囲碁サロン

囲碁を打ちたいが相手がない方など、楽しく囲碁を打ちませんか。お気軽にお越しください。

■日 時 9月3日(土)・17日(土)  
13:30~16:00

■場 所 第1研修室(旧講堂)  
■対 象 囲碁に興味のある方



参加  
無料

## ★みんなで楽しい子育て講座

9/30(金) 小麦粉ねんど遊び♪  
10/28(金) お散歩に行こう♪

◆時 間 10:00~11:30  
◆場 所 第1研修室(旧講堂)  
◆講 師 子育てサポート課職員  
◆対 象 0歳児から就学前のお子さんとその保護者



※民生委員の皆さんもお手伝いいたします。  
※タオル、お茶はご持参ください。

〈社会福祉協議会茂木支部  
のぼり標語応募作品から〉

温かな 笑顔あふれる 茂木の町  
(茂木小学校 酒井 結子 さん)

## ★はじめてのオカリナ入門教室

参加  
無料

優しい音色が魅力のオカリナ。自分で演奏できたら嬉しいですね。初心者でも簡単に音が出せます。  
はじめは童謡からマスターしましょう。

■日 時 9月20日(火)・27日(火)・10月4日(火)  
13:30~15:30

■場 所 第1研修室(旧講堂)  
■講 師 田村 剣士郎 先生  
(ライリッシュオカリナ連盟認定講師)  
■対 象 オカリナに興味のある方  
■定 員 15人 (最少催行人数5名)  
■締切り 9月15日(木)まで



※オカリナをお持ちでない方は、お貸しいたします。

## 好評につき第2弾開催決定!

参加  
無料

## ★女性のための骨盤底筋トレーニング

7月に続いて開催します。骨盤底筋(膣周りの筋肉)に効くヨガのポーズを教わりながらトレーニングします。若い方から高齢までの幅広い年齢層を対象にした講座です。日々の生活にトレーニングを取り入れることで体の不調を改善し、健康増進させ日常生活を快適に過ごせるようにすることを目的としたものです。

◆日 時 10月4日(火)  
10:30~12:00

◆場 所 第1研修室(旧講堂)  
◆講 師 水町 佳子先生(ヨガインストラクター)  
◆対 象 女性(軽い運動ができる方)  
◆定 員 15人  
◆持参品 動きやすい服装、飲み物、バスタオル  
◆締切り 9月29日(木)まで



## ◆地域情報をお載せしています!

締切り 9月10日(土)

次号に掲載したい情報があれば茂木地区  
ふれあいセンターまでお知らせください。

## ふれセン お休み情報

9月5日(月) 9月12日(月)  
9月19日(月) 9月26日(月)

# 茂木地区 地域情報

## ★茂木地区原爆死没者慰霊式典の中止

茂木地区振興協議会では、原爆投下で被爆し、茂木に避難して亡くなられた方々の霊を慰めるとともに平和の大切さを伝えることを目的に、毎年8月上旬に式典を行ってききましたが、今年も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止いたしました。



8月9日に茂木地区振興協議会の大串恒文会長、茂木校区連合自治会の池山耕治会長などが潮見崎公園内の原爆慰霊碑にお供えをし、ご冥福をお祈りいたしました。また、茂木中学校の生徒代表が千羽鶴を慰霊碑にお供えしました。

## ★茂木クリーン作戦！(茂木愛創会)

茂木クリーン作戦は、茂木のまちで働く皆さんと茂木に住む皆さんで、まちをきれいにするための活動です。どなたでも参加できます。



- ◆日時 **9月15日(木)** 17:30～(1時間程度)
- ◆集合場所 十八親和銀行茂木支店駐車場

※茂木バス停から片町バス停の沿道付近を清掃します。詳しくは、茂木地域センター(095-836-0400)まで！

## 茂木校区連合自治会からのお知らせ

### 茂木校区「敬老会」の中止について

茂木校区連合自治会主催による令和4年度「敬老会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、昨年に続き中止することになりました。

皆様方のご健康とご長寿を心からご祈念申し上げます。また、新型コロナウイルス感染症が一日も早く収束することを願っております。

## 茂木紹介コーナー

今回は、茂木で活動しているゴルフ愛好会をご紹介します。

### ◆茂木・ビワの鈴の会(ゴルフ愛好会)

会長 三浦 徳明さん・梅木 勉さん

会員は枇杷農家を中心に茂木地区の方ばかり16人です。ゴルフをこよなく愛し、会員の健康増進と親睦を目的に令和3年4月に発足しました。年に3～4回の大会を開いています。入会についてのお尋ねは茂木地区ふれあいセンターまで。



## \*\*\*9月の図書室情報\*\*\*

### 《一般書》

・カッコウの卵は誰のもの	東野 圭吾/著
・朝の霧	山本 一力/著
・星の王子さま	サン テグジュペリ/著
・にこにこ貧乏	山本 一力/著
・いつか死ぬから旅に出た	周藤 卓也/著
・しなさいと言わない子育て	ポーク重子/著
・日本で治療薬が買えなくなる日	五味 洋治/著
・ホットサンドメーカーで作れる 最高に美味しいレシピ	野川 彩/著
・相談される力	廣瀬 俊朗/著
・ぶらり平蔵 7	吉岡 道夫/著
・ぶらり平蔵 8	吉岡 道夫/著
・お助け同心尾形左門次	笹沢 左保/著
・修羅奔る夜	伊東 潤/著
・モノクロの夏に帰る	額賀 滯/著

・13歳からの地政学	田中 孝幸/著
・1分間で変わるあなたの話し方	松本 顕一/著
・認知症の母が劇的回復を遂げるまで	今 陽子/著
・日本はこうしてつくられた 2	安部 龍太郎/著

### 《児童書》

・かみなり	妹尾 堅一郎/監修
・ドリトル先生ガラパゴスを救う	福岡 伸一/著
・お化けの真夏日	川端 誠/作
・漂流物	デイヴィット ウィーズナー/作
・ミツパチのふしぎ	栗林 慧/写真
・勉強は役に立つ	オオタ ヤスシ/マンガ・イラスト
・空と大地に出会う夏	濱野 京子/作

# 茂木地域センターからのお知らせ 9月号

茂木地域センター管内 9,721人 (男4,460人・女5,261人) 4,938世帯 (令和4年7月末現在)

## 普段から避難に対する準備を心がけましょう

これから本格的な台風シーズンがやってきます。危険を感じたら早めに避難してください。避難する際の目安となる警戒レベルは以下のとおりです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず、命が危険な状況です。警戒レベル5の緊急安全確保の発令を待たずに、警戒レベル4の避難指示で危険な場所から避難しましょう。また、避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は警戒レベル3の高齢者等避難で避難しましょう。

警戒レベル	避難情報等
5	緊急安全確保
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報
1	早期注意情報



長崎市が指定する避難所はいつでも開いているわけではありません。開設していない避難所へ避難したい人は、あじさいコール (095-822-8888) または防災危機管理室 (095-822-0480) へ電話してください。

右のQRコードから避難所の開設状況が確認できます。

避難所へ避難する際は、飲み物・食料・毛布など避難の際に必要なものを準備してください。また、コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクや手指消毒液など感染予防グッズもご用意ください。

市が指定する避難所だけが避難所ではありません。安全な親戚・知人宅も避難所になりえます。また、避難することが危険な場合や自宅が頑丈な場合、避難せず自宅の安全なところにとどまることも大切です。災害の種類によって、避難する場所を考えておくことも大切です。



## ～マイナポイント第2弾～

最大20,000円相当のマイナポイントがもらえます！

### 【対象】

既にマイナンバーカードをお持ちのかたと

9月末までにマイナンバーカードを申請されたかた

※まだ、申請されていないかたは、早めに申請してください。

【内容】 <注意>既に①を受け取られているかたは、②と③を受け取ることが出来ます

①マイナンバーカードを取得されたかた：最大5,000円相当のポイント

②保険証利用申込をされたかた：7,500円相当のポイント

③公金受取口座登録をされたかた：7,500円相当のポイント

