

# 恩田だより



恩田地区(7月末)

世帯数 6,159戸 (+4)

総人口 12,507人 (+8)

男: 6,142人 (+8)

女: 6,365人 (0)

**9月号** (488号)

発行年月日 2020年9月1日

発行 恩田ふれあいセンター  
コミュニティ推進協議会

TEL/FAX 21-0349

コミュニティHP www.onda-ube.com

## 空き家対策セミナー & 住宅耐震化説明会

日時 令和2年9月13日(日)10時~13時

場所 宇部市文化会館2F研修ホール

内容 10時 空き家対策セミナー  
(相続に関する内容/講師:司法書士)

11時 住宅耐震化説明会  
(説明:市建築指導課)

11時半 空き家 & 住宅耐震相談会  
(対応:司法書士、宅地建物取引士、建築士)

**予約不要、先着順 受付は12時まで**

## 宇部市みんなで ストップコロナ

### 推進宣言

新型コロナウイルスに  
うつらない・うつさない。  
自分と周りの人を守るための  
「4つの行動」に取り組みます。



恩田地区自治会連合会  
恩田地区社会福祉協議会  
恩田地区コミュニティ推進協議会  
恩田ふれあいセンター

## 日赤募金ご協力のお礼

5月から取り組んでいただきました日赤募金は  
**総額 1,577,750円**

寄せられました。  
ご協力いただいた各自治会の皆様に心よりお礼  
申し上げます。

【日本赤十字社宇部市地区恩田分区】

## はかりの定期検査

対象 商取引や証明に使用する「はかり」

日時 9月8日(火)10:00~12:00

場所 恩田ふれあいセンター

費用 260円より(はかりの種類により異なります)

※検査当日は清掃したはかりを持参してください。

## 「令和2年7月豪雨災害」義援金について (お知らせ)

7月に発生しました「令和2年7月豪雨災害」において  
被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

義援金につきまして、宇部市連合自治会で「各地区  
自治会連合会は1万円を拠出する。」とのことで先日  
納金いたしました。 **恩田地区自治会連合会**

義援金につきまして、地区社会福祉協議会では宇部  
日報社を通じて5万円寄付いたしました。  
**恩田地区社会福祉協議会**

## お宝発見ウォーキング 募集



則貞在住の歴史研究家上田純二さんにガイド  
していただきながら、恩田のお宝を探しながら  
歩いてみませんか？

日にち 10月4日(日)常盤池  
10月25日(日)用水路

場所 両日 ときわ公園正面入り口9時15分集合  
12時に流れ解散です。

申込×切 9月28日 恩田ふれあいセンター  
問合せ先 石川(090-6847-5434)



## まちづくりサークル

宇部の歴史を学んでみませんか？

申込不要、お越しの際は、マスク着用をお願い  
します。

日時 9月11日(金)9時半~

場所 恩田ふれあいセンター

講座 「宇部の歴史」

講師 ふるさとコンパニオン 上田純二氏



## 自治会役員・地域の皆様へ

恩田地域づくり計画に関するアンケートを役員各位に  
配布しております。アンケートは恩田ふれあいセンターに  
置いてありますので、地域の皆様のご協力をお願い致します。  
自治会連合会

## 9月1日は防災の日

家族で防災グッズ、防災経路を見直して  
みませんか？

## 9月の行事予定

8月25日(火)~9月6日(日)

施設利用中止

11	金	10:00	オレンジほっとサロンin五十目山	五十目山会館
12	土	10:00	段ボールコンポスト講習会	センター
15	火		~古紙の日~	
16	水	10:00	ひよこミルク	センター
		13:30	オレンジほっとサロンin則貞	則貞会館
18	金	19:00	恩子連定例会	センター
20	日	9:00	婦人部役員会	センター
25	金	10:00	ひよこランド	センター
27	日	9:00	自主防災危険箇所点検	各拠点
30	水	10:00	社会教育	センター
		19:00	おんだ翼役員会	センター
7	月	18:30	コミュニティ役員会	センター
8	火		~燃やせないごみの日~	
		9:30	老連理事会	センター
9	水	19:00	おんだ翼定例会	センター
11	金	9:30	まちづくりサークル	センター

## 8月の地区の活動 トピックス

みんなも!! Let's



センター駐車場 4月～10月末 毎日やってます!

6:30～15分くらい

ラジオ体操のすすめ 誰でも参加できます!

子どもから大人まで17人くらいが毎朝、6:10くらいからふれあいセンターにぼちぼち集まり始め、情報交換があちこちで始まります。

センターが天の川・・・おじいちゃんと孫が朝一緒にラジオ体操をして、おじいちゃんからお菓子をひとつもらって帰るそうです。それをとても楽しみにしてるお孫さんの喜ぶ顔が(^ ^)!目にかびます。

集まった時には歩数計が6000歩の強者も・・・

10月には記念撮影をして解散するそうです。



### センター教室生徒募集

#### 茶道同好会

第1・第3(金)

10時～12時

世話人

田中(33)3224

指導者: 茶道裏千家 三井主将氏



7月の掛け軸

且座喫茶(しゃざきさ)

「まあちょっと座って、お茶でもおあがりなさい。」相手の緊張をほぐしたり、一息入れて心を静めなさいとすすめる言葉

#### 茶道同好会 感想

イメージとして敷居の高い茶道教室ですが、お作法が身につくのになどどれくらいかかるのでしょうか。講師は、市内の中学校の部活指導にもたずさわっておられます。

7月からお稽古させていただいてますが、掛け軸に書いてある言葉、お花、和菓子、お点前の中でのやりとりで述べる「お先に」や「頂きます」の相手を敬う言葉。こういうものから季節を感じることも素敵だなと思うようになりました。

でも作法が覚えられるか不安です。初心者の方、学生の頃に習ったお久しぶりの方、一緒にお稽古してみませんか?

7月の掛け軸をその通りに受け取って、四苦八苦しる生徒です。

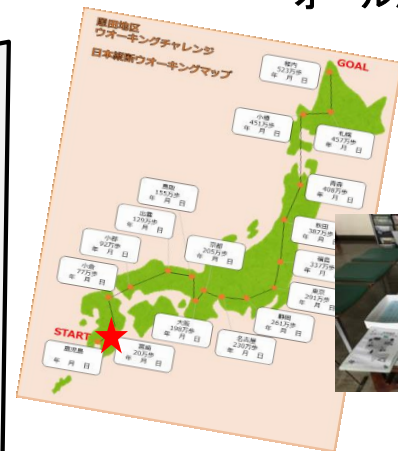


## 恩田地区ウォーキングチャレンジ 7月結果発表!!

オール恩田でめざせ!

### 年代別個人順位 1位発表

	男性	女性
30代	該当なし	ベルさん 225,129歩
40代	H.Uさん 164,161歩	C.Aさん 175,954歩
50代	石井徹さん 455,092歩	該当なし
60代	A.Oさん 421,704歩	F.Kさん 223,085歩
70代	T.Aさん 483,813歩	寺西恵子さん 287,433歩
80代	T.Nさん 218,092歩	宮地孝子さん 320,490歩



北海道



主催: 恩田地区コミュニティ推進協議会



参加者の平均歩数は23万歩(一日平均7,400歩)! 鹿児島県から宮崎県まで進みました! 8月分の記録表の提出は9/6締切りです。記録表はふれあいセンターに設置していますのでご自由にお取りください。また、歩数計は起床時から就寝時まで身に着けることで正確な歩数を記録できます。

皆さんから提出された記録表は、ファイルに閉じてふれあいセンター1階広報室に保管します。毎月の提出による参加賞はファイルの後ろのポケットに入っていますので、記録表提出の際にお受け取りください。参加者は、まだまだ募集中です!

毎月、参加賞のマスクをファイルの中に入れてお渡しします!



### 9月の健康相談

地域支援チーム 保健師 山本

保健師が健康チェック及び健康に関する相談に応じます。どなたでも、お気軽にお立ち寄りください。

日時: 9月16日(水) 10:00～11:30(毎月第三水曜日)

場所: 恩田ふれあいセンター1階ロビー

申込: 不要

「9月は体力測定を体験できます♪」



### 教えて! わがまちの保健師さん「ラジオ体操の効果を高めるポイント」

ラジオ体操は全身を使った動きで、様々な関節運動も含まれており、「肩こりの改善、呼吸機能の促進、消化器の働きを改善、腰痛の予防」等が期待できます。また、朝や活動前におこうなうことでウォーキングアップ効果も期待できます。皆さんも活力のある毎日と健康のためにラジオ体操を始めてみませんか?

#### 【効果を高めるために意識するポイント】

1. 指先まで伸ばす
2. 呼吸を止めない
3. 動かしている筋肉を意識する

