



泡瀬第三自治会
ホームページ

泡瀬第三自治会だより

泡瀬第三自治会
沖縄市泡瀬 5-19-1
☎/fax098-938-4661

スマホ講座



LINE VOOM
デジタル活用支援講座
講座の開催日時・会場
講師 平良美由紀さん
内容
①LINEの使い方
②LINEのグループの作り方
③LINEのグループの活用
④LINEのグループの活用
⑤LINEのグループの活用
⑥LINEのグループの活用
⑦LINEのグループの活用
⑧LINEのグループの活用
⑨LINEのグループの活用
⑩LINEのグループの活用

スマホ活用支援講座2回

9日(水) 沖縄市役所DX課主催のスマホ活用支援講座を開催し、受講者から好評を博しました。今回は、LINEのグループの活用について、受講者から好評を博しました。今回は、LINEのグループの活用について、受講者から好評を博しました。今回は、LINEのグループの活用について、受講者から好評を博しました。

沖縄市東部まつり開催

20日(日) 沖縄市東部まつりが開催されました。多彩なプログラムが盛り込まれ、多くのお客様がご来場くださいました。今年も、沖縄市東部まつりが開催されました。多彩なプログラムが盛り込まれ、多くのお客様がご来場くださいました。今年も、沖縄市東部まつりが開催されました。多彩なプログラムが盛り込まれ、多くのお客様がご来場くださいました。



開演は、沖縄市東部まつり。今年も、沖縄市東部まつりが開催されました。多彩なプログラムが盛り込まれ、多くのお客様がご来場くださいました。今年も、沖縄市東部まつりが開催されました。多彩なプログラムが盛り込まれ、多くのお客様がご来場くださいました。

公民館講座 ↓ 免疫力アップ「みき作り」24日 ↓ 「おからで味噌づくり」17日 ↓ 不動産屋からみた終活/相続10日

免疫力アップ「みき作り」



調理簡単で免疫力アップはすごいですね。便秘解消OK、滋養強壮にも！発酵食品です。材料は米と芋のみ！

おからで味噌づくり

できたお味噌は3ヶ月ねかせます。楽しみ！



不動産屋からみた終活/相続

講師は大栄不動産常務取締役の平良美由紀さん。いろいろな事例を挙げてもらって、簡単に考えていると後が大変、自分が元気なうちに家族と話し合っておくのが一番よい終活との話になりました。空き家問題や参加者各自の場合などの質疑があり、カフェでお話しているような感じのざっくばらんな講習会になりました。とても為になった今回の講座、もっと話を聞きたいと思いました。

11/17 (日) グラウンドゴルフ大会

秋です。運動の秋！グラウンドゴルフで楽しみましょう
5名一組で※別紙の申込書に記入し公民館に提出してください。
抽選景品の準備がありますので必ず申し込んでください。
日時 令和6年11月17日(日) 午前9時～
場所 マンタ公園
締め切り 11月13日(水)



11/24 (日) 合同防災訓練 in マンタ公園

サマみなさん、防災訓練に参加しましょうね。今回は泡瀬第三自治会/海邦自治会/東桃原自治会合同で防災訓練を下記の日程で行います。お隣近所の自治会で、万が一の時はみんなで助け合い共に過ごしましょう。そんな体験を今回行います。避難訓練とは違い避難場所を体験して、いろいろ考えてみましょう。万が一の時の避難持ち出し袋等も用意して参加してください。
日時 11/24(日)
①午前10時に地域から防災無線で避難の呼びかけを放送
②その放送を聞いたら即動→避難行動
③避難持ち出し袋を持ってマンタ公園に集合
④本部席を設けるので 受付を行う。
⑤避難所のお手伝いに参加する
⑥防災運動会に参加する → 水消火器で消火の訓練
→ 車いすを押す体験 → 段ボール避難経路を体験
ファミリーで参加して 一緒に体験することでわかることがあるはず。参加よろしく！



11月の活動予定

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------|--------------------------|---------------|--------------------------------------|-----------------|-----------------------------|---------------|---------------------------|
| 公民館行事 その他行事 会議など | | | | | | 1 生きデイ 14 | 2 |
| 公民館行事 その他行事 会議など | 3 | 振替休日4 | 5 レッツボウリング | 6 | 7 まーみな会 13 | 8 | 9 |
| 公民館行事 その他行事 会議など | 10 | 11 健康クラブ10 | 12 | 13 | 14 まーみな会 13 | 15 ミニデイ 14 | 16 こども食堂11:30 睦会定例会 |
| 公民館行事 その他行事 会議など | 17 グラウンドG マンタ公園9時～ | 18 健康クラブ10 | 19 元気でスカーで お買い物へ! 5丁目シルバーさん | 20 | 21 まーみな会 13 タウンミーティング | 22 | 23 勤労感謝の日 |
| 公民館行事 その他行事 会議など | 24 合同防災訓練 | 25 健康クラブ10 | 26 元気でスカーで お買い物へ! 6丁目シルバーさん | 27 公民館メンテナンス | 28 まーみな会 13 | 29 | 30 |
| 家庭ごみの収集曜日→ | | 資源ごみ(透明袋) | 燃えるごみ(指定袋) | 草木類(透明袋) | もやせないごみ(指定袋) | 燃えるごみ(指定袋) | |

