

南小倉校区新聞



町を美しく

“夏まつり”/楽しみました！

8月2日(土)・17時より「市民センター」にて校区夏まつりを開催。冒頭、おぐまの保育園・園児による太鼓演技、可愛いバチ捌きと大きな拍手に安堵顔の保護者。そして、次は高田町太鼓保存会による「小倉祇園太鼓」、勇壮な太鼓の音色、且つ流れるような演者交代等、長年培った伝統と練習量を感じさせる見事なものでした。

その後、「コーラス」では懐かしい旋律に癒され「スイカ叩き売り」では売り手、買い手の軽妙なやり取りに座が盛り上がり、その勢いで「総おどり」へ。本番前に”練習”を繰り入れ、初心者の方にも楽しく踊りの輪に加わっていただきました。

クライマックスの「抽選会」、目玉は「お米/5kg」が3本。校区・地域の有志各位よりいただいた景品(合計36本)の当り番号アナウンスには悲喜こもごもの声が入り混じり、大盛会でした。また、3階の食事処、ゲームコーナー、ヨーヨー釣り等、幅広い年代の皆さんに楽しんでいただきました。

因みに今回の来場者は約250名、“ふれあい”の深まった一日でもありました。

ご臨席賜りました来賓各位、会場づくりや運営に携わられたスタッフ、そして、長時間厨房で料理づくりを担当されたボランティア、皆様のご協力に深く感謝申し上げます。



夜間パトロール実施

7月25日(金)・20時より校区内を5グループに分け夜間パトロールを実施、昼の酷暑がまだ残っている中でのパトロールでしたが約70名の参加の下、夜の町内の不安全箇所は無い、そして青少年育成の観点から公園等で青少年がたむろして無いかな等をチェックしました。

因みに、8月29日(金)も同主旨でパトロール実施。



<敬老祝賀会・開催案内>

令和7年度の敬老祝賀会は、下記要領で開催します。

- 1, 日 時 令和7年9月12日(金)・11時～13時
- 2, 会 場 小倉北区片野,「ベルクラシック」
- 3, 概 要 ①式典 11時～ ②祝宴 11時30分～
- 4, 交 通 送迎バス利用
※発・着時間&乗・降箇所は後日連絡
- 5, その他 祝賀会不出席者…記念品贈呈(9月13日～予定)

◆お知らせ

- 1, 「北九州市暴力追放安全・ 8月22日(金)・14時～
安心まちづくり市民大会」(於,北九州芸術劇場)
- 2, 役員・部長連絡調整会議 9月10日(水)・19時～
- 3, 敬老祝賀会 9月12日(金)・11時～
- 4, 会長会議 (於,市民センター・会議室)
9月18日(木)・19時～

地域でGO!GO!健康づくり
健康コラム

79

腎ぞうについて！

医療法人 田中医院
院長 田中 秀幸 氏

腎ぞうの機能と役割りは、血中の老廃物をこしとり、必要な電解質等は、腎ぞうから、血中へ再吸収されます。こういう事で全身の体液維持、管理を行っています。又同時に血圧維持管理も行っており、具体的には、肝、肺、心臓、血管、副腎からもホルモンを産生し腎ぞうへ働きかけ、血圧調節を行っています。

ただ、年令とともに腎ぞう内の重要な細胞(ネフロン)も減少し、腎ぞう自体も委縮していき、腎機能も低下していきます。これが、慢性腎臓病です。ただし腎機能低下があっても、それ以上の機能低下を防ぐことは、出来ます。それは生活習慣病の予防と運動です。

慢性腎臓病は、サルコペニア(骨格筋の減少)に陥りやすいので、日頃の運動で、下肢の筋力低下を防ぐことです。

それともう一つ大事なことは、年一回の健診を受け、採血、検尿により、慢性腎臓病の範ちゅうに入っているかどうかを知る事です。

