

しもさかもと コミセンだより

R7 9月 No.30

発行所：下阪本コミュニティセンター
下阪本三丁目14番30号

TEL・FAX (572) 9188
【下阪本支所 TEL (578) 0017】



まち協HP



下阪本学区の人口（令和7年8月1日現在）
5,065世帯 11,978人(男:5,840 女:6,138)



9月行事予定

16日	(火)	自治連合会定例会
17日	(水)	健推体操教室
23日	(火)	学区防災訓練
24日	(水)	エンジェルさろん

※9月の敬老会はありません。11月に敬老の集いを予定しています。



9/23 (火・祝) 学区防災訓練

学区の皆さん

各家庭で 安否確認訓練に取り組みましょう

主催：自主防災会
共催：自治連合会
下阪本学区まちづくり協議会

災害時に玄関の安否タオルの有無によって救助の必要を情報発信するもので共助のための基本訓練とします。

- 9:00 地震発生
- 9:00～9:05 被災していなかったらタオルを玄関や門扉に掲げ
安全を発信
- 9:05～9:30 各町役員が安否タオルを確認、防災委員が集計
- 9:30～11:30 防災委員が代表で小学校に避難、報告し、避難所開設訓練を行う。



【一般及び中学生に訓練参加を募集】

学区の多くの皆さんの災害対応力を強化するため、自治会防災委員等への動員以外に自治会加入・未加入関係なく一般の学区民の方、及び中学生の皆さんに訓練参加を募集いたします。

申込書を下阪本コミュニティセンターに置きますので、記入し募集箱に入れて下さい。

- ・開催日時：令和7年9月23日(火祝)9:30～(約2時間)
- ・開催場所：下阪本小学校体育館
- ・参加申込期限：令和7年9月10日(水)
- ・参加募集人数：約20名(多数の場合は抽選)

防災訓練に関する問合せ：自主防災会・山岡和則 090-1486-1581

予告

健康のバロメーター 便秘のお話 ～毎日スッキリしてますか？～
10/10(金)14:00～16:00 下阪本コミュニティセンター 4階大会議室



毎日のうんちの状態を観察したり、うんちの出方を振り返ったりすることでわかる健康チェックのお話をさせていただきます。
講師：医療法人弘英会 琵琶湖大橋病院 消火器内科医師 田中 順子先生

〈講演後、各種検査・健康相談会・カフェコーナーを開催します。〉

※各種検査：ABI検査(動脈硬化の程度を評価します) 定員15名(事前予約が必要です。9/22(月)より受付開始。

下阪本コミュニティセンター窓口またはお電話572-9188にて)

- ・骨密度測定 定員50名(当日先着順)
- ・血糖値・血圧測定 定員50名(当日先着順)

※詳細は10月号のコミセンだよりに掲載します。

主催：下阪本コミュニティセンター 協力：医療法人弘英会 琵琶湖大橋病院