

# 富士見が丘だより

発行責任者 中浦 力  
編集 自治会事務局  
電話番号 541 - 6225  
富士見が丘公民館ホームページ  
//www.oct-net.ne.jp/fujimigaokakouminkan/

明けましておめでとうございます  
今年もよろしく願いいたします

## ～ 令和 8 年 新年のご挨拶 ～

富士見が丘連合自治会  
会長 中 浦 力



謹んで新春のお慶びを申し上げます。  
皆さまにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、連合自治会活動にご支援とご理解、ご協力いただき、すべての自治会行事を順調に進める事ができました。心より感謝申し上げます。

今、富士見が丘団地は世代交代、少子高齢化が進み、独り暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増加し、近隣や住民相互のふれあいやつながりが薄くなることで、自治会が抱える諸問題が多岐にわたり山積みしております。

「安全で安心して暮らし続けられる富士見が丘団地」のまちづくりを目指して皆さまとともに自治会活動に取り組んでまいります。

住民の皆さま方のご協力をお願い申し上げます。

結びに、

この新しい年が住民の皆さまにとりまして、素晴らしく輝かしい佳き年でありますと共に、皆さまの益々のご健勝とご多幸を祈念し、新年のご挨拶といたします。

## 「お焚き上げ」神事のお知らせ

毎年恒例となりました「お焚き上げ」神事は1月15日(木)午前10時に執り行います。皆様から持ち込まれたお正月飾り、古いお守りなどを公民館で取りまとめます。

- ・持ち込み期間 令和8年1月13日(火)～14日(水)の2日間  
午前9時～午後3時30分まで
- ・場 所 富士見が丘公民館 玄関前の軽トラック
- ・持ち込み神事物 お正月飾り、お守り、破魔矢  
お札など神事に使用した可燃物

※ 注意事項 お飾りのみ軽トラに入れてください。  
紙袋やビニール袋は入れないでください。  
門松は受け付けていません。

## 防犯パトロール隊 大分南警察署表彰

富士見が丘自主防犯パトロール隊は、12月24日

大分南警察署長から

感謝状を授与されました。

隊員のみなさま、おめでとうございます。



## 公民館の大掃除にご協力ありがとうございました

昨年12月13日に公民館の大掃除をしました。  
日頃、公民館を利用されているサークルの  
皆さまや役員の皆さまに公民館の大掃除を  
していただきました。  
また、障子も張り替えていただきました。  
おかげさまできれいになりました。  
ご協力ありがとうございました。



## 有価物集団回収にご協力をお願いします

1月の有価物回収日は

11日(第2日曜日)と25日(第4日曜日)です

お間違えのないように！！

ご家庭の使用済み油は公民館まで！！

## 1月のゴミ収集カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 スプレー缶 蛍光灯等	6 可燃物	7	8 缶・びん	9 可燃物	10 資源プラ
11 有価物 回収	12 古紙・布類	13 可燃物	14	15 ペットボトル	16 可燃物	17 資源プラ
18	19	20 可燃物	21	22 缶・びん	23 可燃物	24 資源プラ
25 有価物 回収	26 古紙・布類	27 可燃物	28 不燃物	29 ペットボトル	30 可燃物	31 資源プラ

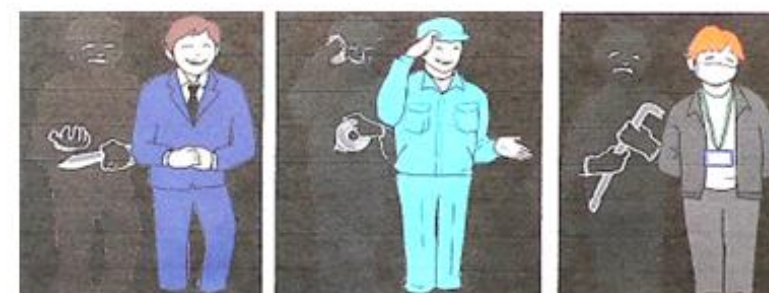
## 2月のゴミ収集カレンダー (21日まで)

日	月	火	水	木	金	土
1 有価物 回収	2 スプレー缶 蛍光灯等	3 可燃物	4	5 缶・びん	6 可燃物	7 資源プラ
8	9 古紙・布類	10 可燃物	11	12 ペットボトル	13 可燃物	14 資源プラ
15 有価物 回収	16	17 可燃物	18	19 缶・びん	20 可燃物	21 資源プラ

## 健康推進員からのちょっとメモ ～いつまでも健康で～

- ★ 風邪が治りにくい  
食欲不振  
身体がだるい  
「原因」・・・亜鉛の摂取不足（高齢による食事量減少、菜食中心）  
腸の病気（肝臓病、腎臓病、糖尿病）  
薬や食べ合わせによる亜鉛の吸収の妨げ  
「治療法」・・・亜鉛を多く含む食事で補う  
亜鉛製剤の使用  
※ 亜鉛が多く含まれる食材（カキ、煮干し、赤身肉、豚レバー、パルメザンチーズ  
抹茶、ビーフジャーキー、いりごま、カシューナッツ）
- ★ 朝食が大切です 快眠にも影響！  
眠りを誘うホルモンは、目覚めから14～16時間後に脳内の神経伝達物質セロトニンとして作られるため、この物質を増やす食材を摂ることが大切です  
※ 必須アミノ酸のトリプトファンを多く含む食材：大豆、乳製品、たまご、バナナなど  
※ ビタミンB6を多く含む食材：さば、鮭、鶏むね肉など

## 不審な訪問・マーキングに注意！



- ① 買取業者を名乗る者を家に入れたら、貴金属の保管場所を勝手に物色し、撮影していた
- ② 点検業者を名乗る者が、点検とは関係のない部屋にまで無理矢理入ろうとした
- ③ 実在する電力会社を名乗る者が、口座の暗証番号を聞いてきた
- ④ 実在する警備会社を名乗る者に名刺を求めたら怒り出した。警備会社に問い合わせたら「訪問していない」と言われた
- ⑤ 電気メーターに見覚えのないシールが貼られていた

突然、知らない人が訪問してきたら…

家の中に入れない！玄関も要注意！  
名刺・社員証の提示を求める！

不審な訪問・  
マーキングが  
あったら110番



大分南警察署  
097-542-2131  
※緊急の場合は「110番」

自治会防犯部  
防犯情報 No.172

## 1月の「ふれあいカフェ」のお知らせ

日時：1月20日(火) 9:30～11:30  
場所：富士見が丘公民館 由布・鶴見の間  
会費：200円

## 12月の理事会から

- 主な報告・協議事項
- 1、文化祭の報告
  - 2、年末警戒一斉パトロールについて
  - 3、新年祝賀互礼会について

## 1月の予定・お知らせ

- 9日：新年祝賀互礼会  
11日、25日：有価物回収日  
15日：お焚き上げ神事