富士見が丘だより

発行責任者　秦　一郎
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/

令和8年 文化祭 Festival 富士見が丘 こころ満ちるアートな香り

第16回（2026年）

富士見が丘 自宅開放ギャラリー

自宅でアート作品を公開して頂ける方

『自宅開放・ギャラリー』 賛同者募集

令和8年度の文化祭は11月14日・15日開催予定で、
皆様から好評頂いている「**自宅開放・ギャラリー**」は
同時開催の運びとなります。

そこで、自宅の一部（リビング、駐車場、庭先など）を
ギャラリーとして自身の作品公開の場として
開催して頂ける方を只今募集しています。

自宅開放・ギャラリー 開催日時　**11月14日（土）～15日（日）**
10:00～16:00
尚、14日又は15日の1日間開催でも歓迎いたします。

趣旨にご賛同の方は、回覧中の「自宅開放ギャラリー」
応募用紙に必要項目記入の上お申し込みください。
締め切り＝10月6日(火)公民館事務局へ

富士見が丘連合自治会 文化部

敬老祝賀会のご案内

富士見が丘連合自治会では、高齢の皆さまが元気でお過ごしになられていることを祝福し、今後も充実した人生を送られることを祈念して、９月１２日（土）に敬老祝賀会を開催します。

日　時：９月１２日（土）10：00～11：30

会　場：富士見が丘公民館　２階　大ホール

※出席される方の確認は、班長さんがおこないます

※今年は、１日のみの開催です

今年も式典のみで、祝宴はおこないませんのでご了承ください。

「防災講演会」の ご案内

富士見が丘防災会は、災害時の対応や防災意識を高めていただくために、防災講演会を開催いたします

日　時 ： 9月26日（土）13時30分～
会　場 ： 富士見が丘公民館　大ホール
講　師 ： おおいた動物愛護センター　津野氏
内　容 ：「災害時のペットの避難」について

※ 災害発生時、家族はもとより、その一員ともいわれるペットの安全を確保するための避難要領、避難に備えての普段から準備することなどを講演していただきます。

多くの皆さまの参加をお願いいたします。

富士見が丘団地“体育祭”のお知らせ

今年も秋の大イベント富士見が丘団地 体育祭 を開催します

日　時 ： １０月１１日（日）　午前８時～

場　所 ： 横瀬小学校グラウンド

たくさんの方の参加を待ってま～す

9月のゴミ収集カレンダー

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

10月のゴミ収集カレンダー（17日まで）

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

健康推進員からのちょこっとメモ　～ いつまでも健康で ～

★ 声を磨きましょう！！

※ 人生後半の切り札は『声』にある

年齢を重ねるにつれ、のどや舌、口周りの筋肉が少しずつ衰えます
滑舌の低下や声量の減少から「聞き取りづらい声」に
腹式呼吸や顔のストレッチ、滑舌トレーニングなどの「声磨き」の実践をお勧めします

腹式呼吸・・声の土台となる安定した呼吸を身につけましょう！
仰向けに寝てお腹に本を置き、呼吸をするたびにその本が上下するように練習します
立った状態でもお腹に手を当てて同様の呼吸を意識することが大事です

顔のストレッチ・・「う～」と口をすぼめて５秒　「い～」と口角を上げて５秒 を１０セットする
表情筋のこわばりが取れ、声の通りがよくなります

滑舌トレーニング・・「赤巻紙、青巻紙、黄巻紙」「生麦、生米、生卵」などの早口言葉を
練習することで滑舌を改善できます

※ 健康や人とのつながり、生きがいにもかかわる『声』
『声』を整えると人生がより豊かになりそうです！！

安全・安心まちづくりフェスタ2026開催！

▶開催日時
令和8年10月3日（土）　午後0時～午後3時

▶開催場所
わさだタウンフェスタ広場

演目（予定）（天候により演目変更の可能性があります）
- ・オープニングセレモニー　（12:00～12:20）
- ・大分県警察音楽隊演奏（12:30～13:00）

その他に…
- ・白バイ、パトカー等試乗
- ・鑑識体験（指紋検出）
- ・歩行シミュレーター体験
- ・子ども制服試着
- ・サイバー捜査官体験
- ・特殊詐欺被害防止ブース

を予定

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.180

9月の「ふれあいカフェ」のお知らせ

日 時 ： 9月15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

8月の理事会から

主な報告・協議事項
1、夏まつりの報告
2、敬老祝賀会の開催について
3、体育祭の開催について

9月の予定・お知らせ

２日：定例役員会
５日：定例理事会
６日、２０日：有価物回収日
１２日：敬老祝賀会