



令和2年5月28日発行／編集：姉体町振興会

住所：奥州市水沢姉体町字宿8番地3／TEL：(0197)26-2524／FAX：(0197)34-3410

【ホームページ】 <http://users.catv-mic.ne.jp/anetai-chikucenter/>

令和2年度

姉体町振興会定期総会について

姉体町振興会では当初、定期総会を4月26日(日)に開催する予定で準備を進めてきましたが、4月16日に政府が「緊急事態宣言」を発令したことを受け、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は書面により決議を行いました。協議結果につきまして、以下のとおりご報告いたします。

書面表決書の結果

- 議案第1号 令和元年度姉体町振興会事業報告及び一般会計収支予算の承認について
(賛成101票、反対0票、無効0票)
- 議案第2号 令和元年度姉体地区センター指定管理事業特別会計収支決算の承認について
(賛成101票、反対0票、無効0票)
- 議案第3号 令和元年度姉体地区協働のまちづくり交付金事業報告及び収支決算の承認について
(賛成101票、反対0票、無効0票)
- 議案第4号 令和2年度姉体町振興会会費の決定について
(賛成101票、反対0票、無効0票)
- 議案第5号 令和2年度姉体町振興会事業計画(案)及び一般会計収支予算(案)の決定について
(賛成 99票、反対2票、無効0票)
- 議案第6号 令和2年度姉体地区センター指定管理事業特別会計収支予算(案)の決定について
(賛成101票、反対0票、無効0票)
- 議案第7号 令和2年度姉体地区協働のまちづくり交付金事業計画(案)及び収支予算(案)の決定について
(賛成101票、反対0票、無効0票)

成立要件の確認(表決書提出 101名／構成員 115名)

姉体町振興会規約第14条により、すべての議案について、過半数の賛成をもって可決されました。

その他ご意見等(原文まま)

- 書面決議にして頂き、安心致しました。ありがとうございました。
- 例年通りの事業計画は土台無理な話だと思う(コロナの全国的な蔓延の為)。この先も、定例総会は書面決議で良いと思う。この際、書面で済むものは今後一切会議不要!!
- 一日も早い緊急事態宣言の解除を願います。
- コロナウイルスで中止となる事業計画もあると予測されます。今年度の予算の(収支決算)残金は次年度に繰越し、次年度の地区民からの徴収金額が減れば良いなあと思います。今年度は自粛が続くと思います。皆が健康であるためには必要な事です。
- 今年度もいろいろな事業が開催されるよう願っています。
- コロナウイルスの感染拡大防止のためできるだけ行事は中止するべき。
- 姉体まつりの踊り出演する人員に苦戦してます。

マイナンバーカードの出張申請受付について

スマートフォンやパソコン等お持ちでない方を対象に姉体地区センター(ほか 29 地区センター)を会場に出張申請受付を実施することとしましたので、下記により必要書類を準備しご来場いただきますようお願いいたします。

【当日持参する資料】

運転免許証(運転経歴証経書)、旅券、在留カード、住機カード(顔写真入り)等のうち 1 点
これらをお持ちでない方は、健康保険証、年金手帳(年金証書)、介護保険証、医療受給者等から 1 点以上、社員証、学生証、預金通帳、診察券等から 1 点組み合わせて 2 点ご持参ください。

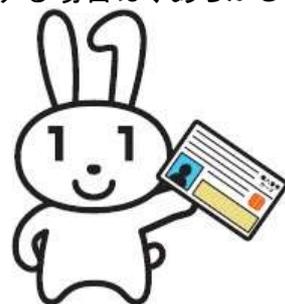
個人番号カードには、数字 4 桁の暗証番号と英数字各 1 文字以上含む 6 桁以上 16 桁以下(最低 6 桁の暗証番号が必要)の暗証番号が必要となりますので、地区センターでの申請を予定する場合は、あらかじめ、暗証番号の検討をお願いします。

問い合わせ先 市民課マイナンバーカード推進室 電話:34-2223(直通)

姉体地区センター出張申請日:6月30日(火)

場所:日本間

申請受付時間:午前9時30分~午後4時まで



交通安全だより

—交通安全協会姉体分会—

・スローガン

「子ども親も自転車乗る時ヘルメット」



○路上交通安全啓発活動を実施

「自転車の安全利用推進期間」(5/8~17)に合わせて5月8日、①姉体小学校・②姉体郵便局2か所の信号交差点で午前7時00分より路上啓発活動を行いました。



○通学路に注意喚起のぼり旗を新設

・マイアネタウンさくら通りの長面橋との交差点にのぼり旗「通学路注意」2本設置しました(5月10日)。



おすすめ筋トレメニュー

いきいき
百歳体操より

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、外出自粛の影響で、運動不足の方も多いのではないでしょうか？

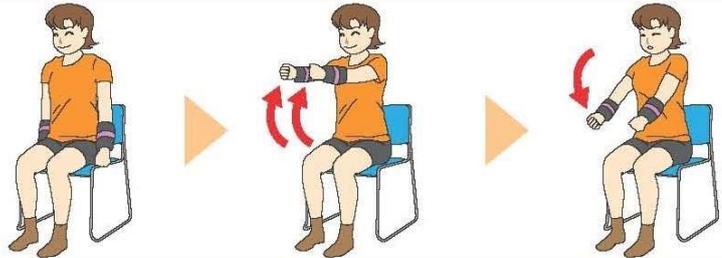
今回は、自宅で出来る、簡単なトレーニングをご紹介します。
イスさえあれば、どなたでもチャレンジできますよ。

筋力運動

① 腕を前にあげる運動

(手首におもり)

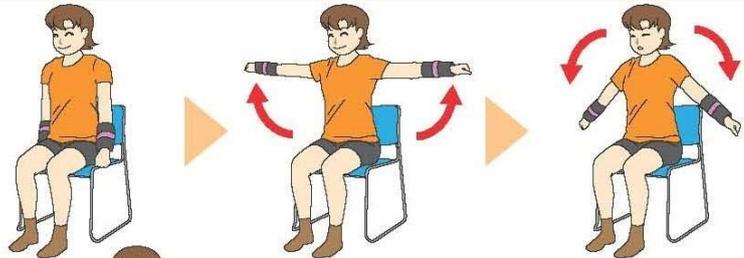
- ・両手を軽く握り、肩の高さまで腕をあげる
- ・元の位置まで腕を下す
(8カウント10回)



② 腕を横にあげる運動

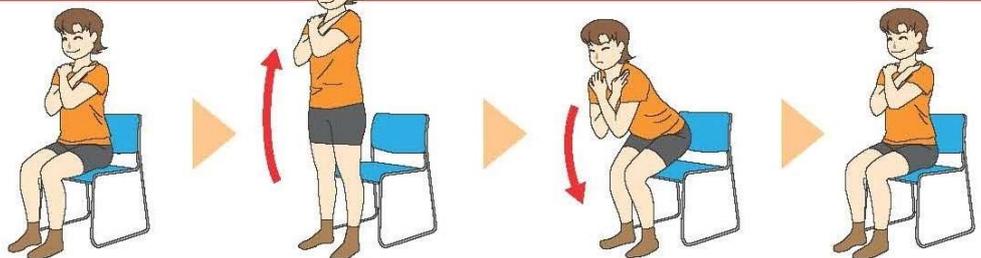
(手首におもり)

- ・両手を軽く握り、肩の高さまで腕をあげる
- ・元の位置まで腕を下す
(8カウント10回)



③ 椅子からの立ち上がり

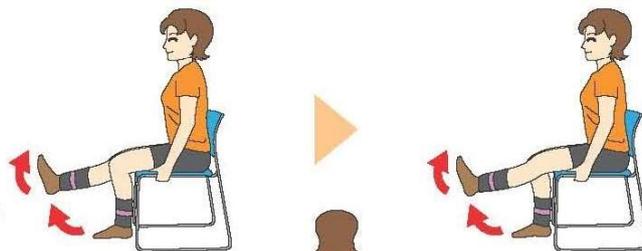
- ・両足を肩幅程度に開く
- ・ゆっくりと立ち上がり
ゆっくりと座る
(8カウント10回 1~2セット)



④ 膝を伸ばす運動

(足首におもり)

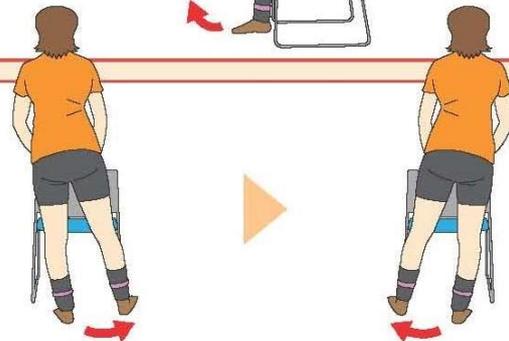
- ・膝を伸ばし、つま先もしっかり自分の方に向けるようにする
- ・元の位置に戻す
(左右8カウント10回ずつ 1~2セット)



⑤ 足の横上げ運動

(足首におもり)

- ・足を横にあげ、元の位置に戻す
(左右8カウント10回ずつ)



6月2日(火)10時30分から『姉体よさってクラブ』が再開されます！

興味のある方、大歓迎でお待ちしておりますので、動きやすい服装、内履きをご持参ください。
(水分補給もお忘れなく！)

6月の行事予定

日	曜	内 容	時 間	場 所
3	水	【生涯学習部】歩こう会⑤	9:00～	姉体南方会館 発着
4	木	【区長会】定例会	10:30～	地区センター(健康相談室)
		【民児協】定例会	13:30～	ワークみずさわ
9	火	【道の駅運営協力会】ロードサイド花壇印つけ	14:00～	道の駅「みずさわ」花壇
11	木	【道の駅運営協力会】道の駅花壇花苗植栽	6:00～	道の駅「みずさわ」花壇
15	月	【子ども委員会】夏季事業担当者打合せ会	18:30～	地区センター(健康相談室)
18	木	【防犯委員会】防犯パトロール②(担当:上姉体・上島)	15:00～	姉体地区全域
19	金	【振興会】理事会(予定)	13:30～	地区センター(農事研修室)
20	土	【生涯学習部】歩こう会⑥	9:00～	橋本公園(水辺プラザ) 発着
24	水	【移動図書館】わくわく号	13:30～	地区センター(駐車場)
25	木	広報やつふさ 発行	9:30～10:00	
29	月	【防犯委員会】防犯学習会(姉体小学校児童対象)	10:35～	姉体小学校(体育館)

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のために使用者を限定していた地区センターの制限が一部解除されました。

利用再開にあたりましては、下記の点に留意のうえ利用・申請をお願いいたします。

【注意事項】

- ・マスク着用や手洗いなど感染予防対策をお願いします。
- ・3つの密(密閉・密集・密接)を避けてください。
- ・大声での発生、歌唱や声援、または接近した距離での会話等を避けてください。



忘れ物処分します！

お心当たりの方は、地区センター
(Tel: 26-2524)までご連絡いただくか、
直接お越しください。



白い割烹着、猫柄のタオル、キティちゃんのハンカチ、バラ柄のタオルハンカチ、黄色いシューズ、バスケットボール

なんだりかんだり



先日の夕方、1羽のツバメが当センターにご来館。
ものすごいスピードで窓ガラスにガツガツぶつかってました。
館内をさんざん飛び交った挙句、2階でぐったりとしていたツバメ。
大丈夫かなあと思い、そっと窓を開けてみたら…元気に大空に舞っていきました。
ひそかに恩返しを期待しています！(利)