

《みんなの北三瓶・・・北三瓶は一つです》



令和7年5月22日 第192号
発行：北三瓶まちづくりセンター



民生委員・児童委員活動週間に合わせ

ちらし寿司の配食サービス

田んぼに水が張り朝の田台に日差しがさすととてもきれいです。
まだ田植えは終わりませんが今年もお米がいっぱいできることを願っています。
5月16日（金）北三瓶民生児童委員協議会の民生配食サービスを実施しました。
民生委員4名と大迫さんに助っ人としてきて頂き心を込めて作りました。
季節の具材にタケノコが入りましたよ。いかがだったでしょうか？
本年度の配食数は39個でした。（75歳以上の一人暮らしの方及び二人とも80歳以上の夫婦二人のみの世帯）
この事業は赤い羽根共同募金の助成金により実施しています
今年の春は朝夕寒い日がありなかなか暖かくなりませんが温度差に気を付けて
風邪などひかないよう日々過ごしてくださいね。



日本遺産登録5周年記念事業

伝統の花田植披露報告

22年ぶりに開催された池田地区花田植に
山村留学生と北三瓶まちせん職員の大國が参加しました。

5月11日（日）池田会場はたくさんの人で賑わいました。早乙女さんは着物を着てお囃子を聞きながら苗を植えていきます。苗運びは早乙女さんの後につき苗を渡してくれます。子ども達といい時間を持つことが出来ました。花田植はもちろんこの記念事業に出られ、とてもいい経験になりました。



2025 北三瓶



5月4日（日）5月5日（月・祝）に笠木さん宅で羊の毛刈りイベントが行われました。

今年は2日にわたり、毛刈り公開、ダンスのパフォーマンス、各地より食べ物屋さん笠木家で出店しました。一年に一度行う感謝祭です。

立石自治会と上立石自治会では有志で駐車場係。

町の皆様、上立石の皆様には駐車場をお借りするなどお世話になりました。

立石自治会では羊の祭りに便乗しご飯を「安く・美味しく・心を込めて」提供しました。

いつもは笠木家で出店でしたが、

今年は北三瓶まちづくりセンターを借りて

「立石かーさんのめーめー食堂」として出店しました。

1日目はカレーライス 野菜スープ 卵焼き&ウインナー

2日目は豚丼 豚汁 コロッケ

5月28日（水）は介護予防教室にて出店の予定です。

1日目の昼には tutii のバンド演奏、アンソレイユのフルート演奏で盛り上がりました。

みなさまの協力のもと大成功に終わりました。（文・立石自治会長）



春のお祭り 多根佐比売山神社例大祭

4月29日（火・祝）多根の佐比売山神社で例大祭が行われました。

近年多根の祭りは天気が悪かったのですが

今年は日差しの暖かいとても気持ちのいい日の開催でした。

前夜祭は多根神楽の舞が行われました。

鳥居から鮮やかな旗がたててあり迎えられるように並べてありました。

本殿には立派な神輿が鎮座されていました。残念ながら今年は御神輿が出ませんでした。外では地鶏焼きや飲み物の販売で大忙しのようでした。



スマホ・パソコン教室

5月8日のスマホ・パソコン教室で学んだ内容のうち、トラブルに関するものを紹介します。

サポート詐欺とは、パソコンでインターネットを閲覧中に、突然、ウイルス感染したかのような嘘の画面を表示させたり、警告音を発生させるなどして、ユーザーの不安を煽り、画面に記載されたサポート窓口で電話をかけさせ、サポートの名目で金銭を騙し取しとったり、遠隔操作ソフトをインストールさせたりする手口です。



詐欺の被害にあったら、偽の警告画面を閉じます。

○ブラウザ（偽のセキュリティ警告画面）の終了方法

【終了方法①】

キーボード左上の「ESC」キーを長押しし、ブラウザの「x」をクリックして画面を閉じる。

【終了方法②】

「Ctrl」＋「Alt」＋「Delete」を同時に押し、タスクマネージャを起動し、利用しているブラウザを選択して、右クリック→「タスクの終了」を選択する。

偽のセキュリティ警告画面を閉じる方法が分からない場合は、IPA(独立行政法人情報処理推進機構)のセキュリティセンター安心相談窓口にお問い合わせください。

電話：03-5978-7509（受付時間：10:00～12:00、13:30～17:00(土日祝日・年末年始は除く。))

サポート詐欺の被害を防止するためには

○OSやソフトウェアを最新の状態に保つ。

ウイルス対策ソフト等を導入する。

サポート詐欺対策 警察庁 Web サイトより

スマホの画面が真っ暗な場合の対処法

電源が入っているか、バッテリー残量が十分か 確認したうえで以下の事をしてみましょう。

- **SIM や SD カードを抜く**：これにより、ハードウェアの問題が解決することがあります。
- **スマホを強制再起動**：電源ボタンと音量ボタンを同時に長押しして再起動を試みてください。
- **バッテリーを確認**：バッテリーが取り外せる場合は、取り外して再度装着してみてください。
- **物理的な損傷や水没の確認**：落下や水没が原因で画面が映らないことがあります。
- **ソフトウェアの不具合をチェック**：ソフトウェアが原因で画面が真っ暗になる事もあります。

情報いろいろ

北三瓶介護予防教室

「自分の体を知ろう～体力測定会&ミニ講座～」のご案内

日時：令和7年5月28日(水) 9:30-11:15

場所：北三瓶まちづくりセンター

内容：体力測定「フレイルについて」の話・ミニゲーム(かるた)

フレイルとは、加齢により健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間の状態で、予防・回復が可能な状態です

持参いただくもの：運動靴、タオル、お茶、健康手帳(お持ちの方)

参加無料

申し込みの締め切りは過ぎていますが、関心のある方はご連絡下さい。(北三瓶まちセン 0854-86-0478)

スマホ・パソコン教室

日時：6月5日(木) 午後1時30分～午後3時

場所：北三瓶まちづくりセンター

講師：福田卓夫さん(大田町野城) 参加無料



体操教室 ヨガをします

日時：6月25日(水) 午後2時～午後3時

場所：北三瓶まちづくりセンター 参加無料



北三瓶よろず会総会 および 北三瓶自主防災会総会 の開催

日時：6月22日(日) 午前10時

場所：北三瓶まちづくりセンター



案内状を受け取られた方々は、当日出席されるか委任状の提出をお願いします。