

平城公民館だより No.195

発行：平城公民館 〒798-4110 愛南町御荘平城2123-1

電話番号 0895-72-1011(FAX兼) 休館：毎週金曜日、祝祭日、年末年始



暑さに注意！熱中症

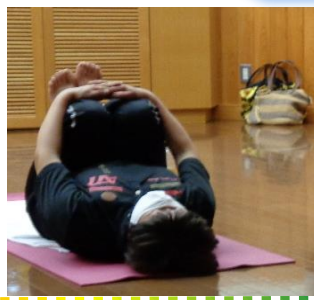
7月20日 健康づくり(ヨガ)教室



熱中症の講話をする池田恵子保健師

定期開催の健康づくり教室は、参加者15名でヨガを行いました。この日はヨガの前に、保健福祉課の池田恵子保健師から、熱中症についての講話がありました。水分補給は、一気に飲んでも身体に吸収されないため、一日8回を目安にこまめに水分摂取することや夏野菜、果物を効果的に摂取することがおススメだというお話がありました。熱心に聞かれていた参加者は、本格的な夏の対策をしていただけることでしょう。地域の皆様も水分をこまめに取り、熱中症対策をしてください。

次回8月17日(火)は、ボール体操です。ボールは公民館で準備しますので、お気軽にご参加ください。



公民館にWi-Fi設置

公民館事業にご意見



7月8日 平城公民館運営審議会

今年度の平城公民館事業は、継続する15事業と新規で5事業を計画し、運営審議会委員8人に承認していただきました。若田委員から、「他の公民館にない平城公民館独自の地域づくり出前講座など考えているところが良い」などと評価していただき、中川委員から「平城貝塚再発見講座は、子どもも大人も興味や関心の持てる内容を2回決めてから、募集してほしい」など建設的なご意見をいただきました。これからも皆様のご意見を聞き、幅広い年齢層に楽しんでもらえるよう事業であるよう努めたいと思います。

今年5月から整備していた「えひめフリーWi-Fi」は、7月に平城公民館に設置しました。接続方法などは館内に掲示しておりますので、公民館でスマホを利用される方は、ご利用ください。

接続後30分経過すると一度切れますので、再度接続が必要です。全ての部屋や玄関口ビーで接続が可能で、1日最大8回まで接続することができます。



笑顔いっぱい花いっぱい



6月6日に花植える馬瀬老人クラブとチーム馬瀬 (21人)

馬瀬老人クラブとチーム馬瀬の21人は、花壇いっぱいマリーゴールドを植えました。(写真左上) 平城商店街のにこにこ会の約27人には、マリーゴールドや夏スミレなどの花苗を配り、各店頭のプランターに植えました。(写真左下) 深泥青年部の13人は、ポチュラカやマリーゴールドなどを配色よく植えました。(写真右下) 深泥青年部の方は「朝早かったから、暑くなくてよかった。」と話されました。皆さん植えた後は、満足そうな笑顔がとても印象的でした。これから暑い季節は、水やりや草引きの世話が大変ですが、よろしくお願ひします。いつも地域の環境美化活動にご協力いただき、ありがとうございます。



6月8日に花苗受取る平城商店街のにこにこ会 (約27人)



6月12日に花植える深泥青年部 (13人)

先生できたの見てください

6月26日 こども生花教室(第2回)



6月から始まった「こども生花教室」は、今年度は小学生3人と中学生2人ですが、みんな仲良く元気に活動しています。6月はニューサイランとバラを、7月はヒメガマとケイトウを生けました。季節の花や植物を使った生花教室に興味のある小中学生は、平城公民館までご連絡ください。



8月

行事予定

- 5日(水) ハーモニカ教室 10:00～
- 7日(土) こども生花教室 13:30～
- 11日(水) 英会話教室 19:30～

- 17日(火) ボール体操 19:00～
- 21日(土) こども生花教室 13:30～
- 24日(火) お灸体験 19:00～
- 25日(水) 英会話教室 19:30～
- 28日(土) こども茶道教室 10:00～

※予定する各種事業は、感染拡大防止により中止または延期となる場合があります。関係者には随時お知らせします。

編集後記

平城公民館は「えひめ Free Wi-Fi」を設置しました。1回あたり最大30分まで、1日あたり最大8回まで利用できます。ぜひご利用ください。最近私は、知人とピラティス(胸式呼吸で体を動かす体操)を始めました。中学時代の夏の部活動を思い出す大汗が出て、気持ちいいけど筋肉痛が数日続きました。翌朝はスッキリ目覚め、汗を出すことは何歳になっても体に良いということを実感しています。(小川)

新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

8/3(火) 御荘中学校前

8/4(水) 平山・長洲・長崎・貝塚

八幡野集会所・御荘文化センター

8/5(木) 寺新町・和口第2・節崎・馬瀬・深泥集会所・和口町営住宅駐車場・馬場消防詰所横

