

南ヶ丘1区 公民館だより

大野城市南ヶ丘1区公民館 TEL 596-3108

発行 南ヶ丘1区



【HP】 <http://www.kouminkan.info/onojo/minamigaoka1ku/>

五目お手玉大会

6月18日(日)公民館にて五目お手玉大会が開催されました。マス目をめがけてお手玉を投げ入れて、総合点を競います。同じチームのメンバーが声を掛け合って、上手にマスを埋められるよう、活発な応援の声があちこちに聞こえ盛り上がりしました。約100名の多くの参加があり、賑やかにゲームを楽しみました。



草取り・花植え

6/3(土)に草取り、6/10(土)に、大浦池公園と公民館の花壇の花植えをしました。マリーゴールド・トレニア・バーバナの色とりどりの成長が楽しみです♪楽寿会・子ども会・公民館役員の皆様、暑い中ご協力ありがとうございました。



音楽サロン

5月25日(木)第1回音楽サロンがスタートしました。体を動かし、歌って、健康の維持増進・仲間づくりが出来ますようにと開催されました。



ふれあい会

5月31日(水)福祉部による「ふれあい会」が開催されました。この日は50名ほどの参加がありました。

笑いヨガの講師の方を招いて、歌を歌ったり、誤嚥予防の口腔体操などを楽しみました。

大きな声笑い声がホールにあふれていました。



楽寿会日帰り旅行

5/15(月)五月晴れの下、熊本県南関へ。約400年前から焼き続けられている陶器「小代焼き」の登り窯を見学。昼食はリゾート風ホテルでちょっとリッチに。楽しい一日でした。



赤ちゃんの駅 あります

南ヶ丘1区公民館にも「赤ちゃんの駅」があります。

乳幼児を抱える保護者の皆さんが、気軽に公民館に立ち寄ったり、公民館の行事に参加できるように、授乳やおむつ替えなどができる場所を提供しています。

ぜひご利用ください。



7月の行事

7月6日(木) だっこちゃん広場(文庫部)

7月8日(土) 文庫部活動日(文庫部)

7月13日(木) 食改善推進教室(食改善会)
納涼会(福祉部)

移動図書館わくわく号(15:15~16:00)

7月20日(木) だっこちゃん広場(文庫部)

7月21日(金) 五目お手玉大会(楽寿会)

7月22日(土) 南ヶ丘1区夏まつり

7月27日(木) 食改善推進教室(食改善会)
音楽サロン(福祉部)

移動図書館わくわく号(15:15~16:00)



公民館からのお知らせ

まどかぷらっと 登録受付中です。

区の活動に、お気軽に“ぷらっと”参加して、活動実績を積み立てませんか？ボランティア活動に協力して下さる皆様を応援します！

★参加資格 : 小学生以上

※18歳未満の方の登録には、保護者の承認が必要です。

【一般参加者がポイント付与対象となる活動】

◎地域防犯パトロール

(青パト・子ども見守り活動)

◎春・秋の花いっぱい運動

◎春・秋のクリーンシティおおのじょう

登録参加者の方へ、1活動ごとに1ポイント付与されます。

貯まったポイントは、様々な特典に交換できます。
(大野城市特産品・市指定ごみ袋・商品券ほか・・・)

詳細は、公民館受付にて一覧表を配布しています。

熱中症にご注意下さい！

今年も猛暑日が続くとの事です。
皆様くれぐれも体調にご注意下さい。
こんな日は熱中症に注意



熱中症の予防法

水分をとる

運動前には
250~500ml。運動中は
こまめに水分補給。

水分は
スポーツ飲料
がベスト

食塩(ナトリウム)
がとれる方がベター。

運動の時間は短めに！

高温

のときは
運動を
しないこと。

服装にも注意

通気性
吸湿性があり
白系統の服
帽子も着用。

