



栄町公民館だより《7月号》

栄町の人口と世帯（前月比）令和5年6月30日現在

男	746人(+2)	計	1485人(+11)
女	739人(+9)	世帯数	843世帯(+8)

**7/5 健康ミニデイを開催！**

今回の健康ミニデイは、「指ヨガ」の講師の方をお迎えして開催しました。手の指は全身に対応しており、手のツボを刺激することで、血行をよくし基礎代謝UP、ストレス解消、便秘解消などが期待できます。短時間で気軽にできる「指ヨガ」は、5分間行くとジョギング10分間と同じ効果があるそうですよ。少しの指の刺激だけで首の可動域が広がり、皆さん驚きながら真剣に楽しそうに取り組んでいました。



**ラジオ体操のお知らせ**

今年も夏休み期間中に、下記の日程でラジオ体操を行います。ラジオ体操は全身運動です。全身の筋肉を動かすことで基礎代謝を上げ、肩こりや股関節の硬直による腰痛の緩和も期待できます。皆さんも毎朝のルーティンにラジオ体操を取り入れてみてはいかがでしょうか？

- 日程：7/21(金)～7/31(月)《土日除く》  
8/21(月)～8/31(月)《土日除く》

●時間：午前6時45分開始

●場所：栄町公園



**栄町秋まつり開催のお知らせ**

例年8月上旬に開催していましたが「栄町夏まつり」は、気温上昇による熱中症が懸念されるため、昨年同様「栄町秋まつり」として開催する予定にしています。詳細については、決まり次第回覧および栄町公民館HPにて掲載いたします。

皆さんお楽しみに～♪♪

●日程：10月14日(土)

●内容：未定



**6/23 子育て支援サロン「らっこ」を開催！**

未就園児とそのお母さんを対象とした『子育て支援サロン「らっこ」』の6月度は、れいわ子ども情報センター（すこやか交流プラザ内）から保育士の方をお迎えして開催しました。親子でのふれあい遊びなどで楽しみました♪



**6/9 夜間パトロールに春日警察署の方が来館！**

第2・4金曜に行っている夜間パトロールに、現役警察官で警察署公認のインフルエンサーでもある春日警察署の九日巡査長らが来館されました。子ども達が楽しめるよう歌を織り交ぜながらの講話に子ども達も興味津々な表情で聞き入っていました。講話の後には警察官の方々と一緒に町内の巡回パトロールを行いました♪



**ゴーヤの実がなりました♪！**

5月に植えたゴーヤの苗が、大きく育っています。たくさんの実が付き始めていますよ♪先日植えた花壇の花たちもきれいに咲き誇っています。



**★ 7/8～8/4迄の主な行事等 ★**

- 7月 9日(日) 廃品回収
- 11日(火) 移動図書館わくわく号巡回
- 14日(金) 夜間パトロール
- 20日(木) カンガルー食堂(子ども食堂)
- 21日(金) 足元気教室
- 25日(火) 移動図書館わくわく号巡回
- 28日(金) 子育て支援サロン「らっこ」  
夜間パトロール
- 29日(土) 親子料理教室



**犬を飼っている方へお願いです！**

最近、栄町区内の道路での「犬の糞」の放置が目立っています。犬の散歩をされる際は、必ず糞の後始末をお願いいたします。きれいな町づくりに皆さまのご協力をお願いいたします。

