



暑中お見舞い

申し上げます。



健やかサロン (公民館主催)

申込み必要

毎月第1・第3木曜日 10:30~12:00

8月4日(木) (社協協賛)

- ・内容:「高血圧予防と夏の食事」
塩分チェック、夏野菜カレー
- ・講師:管理栄養士 國武 妃佐子氏
- ・定員:20名 定員になり次第〆切



※高齢者の栄養について塩分チェックをします。普段の味噌汁やお吸い物を容器に入れてご持参ください。

8月18日(木)

- ・内容:「オーラルフレイル」
～健康なお口をめざそう～
- ・講師:歯科衛生士 篠崎 まゆみ氏
- ・定員:20名 定員になり次第〆切



9月1日(木)

- ・内容:「座りながらでもできる体操」
～寝たきりにさせないたった3つの運動～
- ・講師:千早なみき通り鍼灸整骨院
柔道整復師 田代 健大院長
- ・定員:20名 定員になり次第〆切

わんぱく広場・サロン (公民館主催)

- ・日時:8月25日(木) 10:30~12:00
- ・内容:水遊び、室内遊び
- ・対象:未就園児

※通常第2木曜日に開催しておりますが、11日(木)が祝日のため今月は第4木曜日に開催いたします。

※着替えと水筒の準備をお願いします。
♡少人数の集まりです。初めての方もお気軽にお越しください。



♡上記の時間内でしたらいつでもどうぞ。

《9月の予定》

9月8日(木)は水遊びを予定してます。

しろはまっ子の夏休み 小・中学校

☆7/22(金)から8/28(日)まで夏休み期間です。
子どもたちが事故、事件に遭うことのないように見守り、声掛けをお願いします。

——*—*—*—*—*—*—*—*—*

☆7月25日、26日に予定しておりました小学3年生から6年生対象の事業は、新型コロナウイルス感染拡大のため、残念ながら中止させていただきました。また、感染が落ち着いて来ましたら子どもたちが喜び、学べる事業を考え取り組んでいきたいと思っています。



うちわ作りはこんな感じを予定しました◎

よろず相談 (東区社会福祉協議会)

- ・日時:8月4日(木) 10:00~12:00
 - ・場所:城浜公民館隣接 老人いこいの家
 - ・相談員:東区社協 石橋 奈月氏
- ※お困りごとご相談ください。

精霊流し (校区社会福祉協議会)

～お盆のお供え物をお持ちください～

- ・日時:8月15日(月) 18:00~21:00
 - ・場所:業務スーパー前広場
- ※お供え物は整えて時間までにお持ちください。
※新型コロナウイルスの感染状況次第では、お参りが中止になる場合があります。但し、お供え物の回収はあります。



マイナンバーカード申請

- ・日時:8月2日(火) 13:00~17:00
- ※お申込みされた方は忘れずにお越しください。

買い物支援 移動販売

- ☆毎週木曜日と土曜日に移動販売を開催してます。
 - ・木曜日・・・あいがての樹 10:30～
 - ・土曜日・・・筑前はかたや 15:00～
- ※雨の日の販売もあります。
※ご自宅まで運ぶのが大変な方はお手伝いします。



城浜校区運動手帳の答え

- ・7月の答えは・・・「帽子」でした。

臨時休館のお知らせ

- ・8月29日(月) 臨時休館日
- ・8月13日(土)～8月15日(月)は利用の申込みがありませんでしたので休館させていただきます。



★新型コロナウイルスの感染が拡大しております。今一度感染予防対策を再確認し、感染しないように、させないように心がけましょう。

★新型コロナウイルスの影響により事業が延期又は中止になる場合があります。

