

暑さが厳しくなってきました。これからの時期は食中毒や熱中症に十分気を付けましょう。

☆いきひがし日記☆

ラブアース (川はゴミ箱ではありません)



6月16日(日)、校区ラブアース活動として名柄川とその周辺の清掃を行い、たくさんのゴミを回収しました。暑い中、参加してくださった皆様、大変お疲れ様でした。
(環境活動連絡会議)

～あいさつ通り花壇の花苗植替え～



6月16日(日)、あいさつ通り花壇の植え替えをしました。今回はマリーゴールド、トレニア、ポチュラカ、ペゴニア、メランポジウム、松葉牡丹です。とてもきれいで癒されますね。あいさつ通りを通ったら、ぜひご覧ください。小学生のボランティア4名も暑い中頑張ってくれました。植え替えにご協力くださった皆様、ありがとうございました。
(環境活動連絡会議)

～第7回壱岐東スポーツフェスタ～



6月2日(日)、地域と小学校合同の第7回壱岐東スポーツフェスタが開催されました。地域の選手の皆さんは子どもたちと一緒に玉入れや、障害物競走など汗を流して頑張りました。また、小学生による徒競走やダンスもあり、とても楽しいスポーツフェスタとなりました。

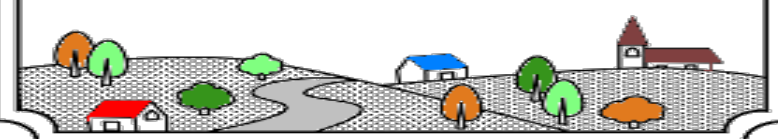
ほがらか歩こう会

☆ 7、8、9月のウォーキングはお休みします。



主催 保健衛生事業推進委員会

★会員募集中
無理せず楽しく
歩いていきます。



7月の予定

7日(日) 8時45分～ 壱岐東小学校体育館

・ 親善ボッチャ大会
(体育部)



8日(月) 10時～ 壱岐東公民館

・ 健康講座 「皆で一緒に体を動かそう」
※お申込みは公民館まで ☎092-811-2185
(保健衛生事業推進委員会)

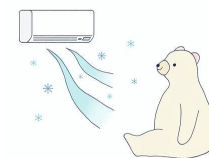
19日(金)12時～13時半 公民館・43棟集会所

・ 子ども食堂(カレーライス)
(青少年育成連合会)

社会福祉協議会～おもしろい～

熱中症の予防法 8か条

1. 涼しい服装をする。外出時には、日傘や帽子を！
2. 涼しい場所や施設を利用する(公民館は涼しい)
3. 暑い時は休憩する
4. 部屋の風通しを良くする
5. 部屋の温度を28度以下に保つ
6. エアコン・扇風機を上手に使用する
7. こまめに水分を補給する
8. シャワーやタオルで体を冷やす



賛助会員募集しています(1口500円です)
皆様からいただいた会費は福祉活動や支援に役立てられています。
事務局 公民館☎092-811-2185



裏面 公民館だよりです。