

塩山東公民館だより

令和8年（2026年）8月号

地域の絆を深め、暑い夏を元気に過ごしましょう！

厳しい暑さが続く季節となりました。地域の皆さまにおかれましては、いかがお過ごしでしょうか。夏は行事や交流の機会が多くなる一方で、熱中症など健康面への注意も必要な時期です。こまめな水分補給と十分な休息を心がけ、元気に夏を乗り切りましょう。

公民館では、地域の皆さまが気軽に集い、学び、交流できる場づくりを進めています。今月も多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

【寄せ植え教室開催しました！】

色とりどりの花に囲まれながら、参加者の皆さんも笑顔いっぱい。世界に一つだけの素敵な寄せ植えが完成し、会場は明るく華やかな雰囲気になりました。



8月の主な行事予定

【いきいき健康教室】

概ね 65 歳以上を対象とした介護予防教室で、要介護状態にならないようご自宅でも実践できる体操や介護予防の知識を身につけられる教室です。

お気軽にご参加ください！

- ・日時：8月4日（火）13時～
- ・場所：塩山東公民館1階ホール

【公民館定期清掃】

利用団体の皆様が公民館周りや公園の除草作業を行います。

- ・日時：8月23日（日）午前9時30分～
- ・当番利用団体：大菩薩山の会、火曜会、しおのやまホームクラブの皆さん

⚠ お知らせ①

【熱中症を予防しましょう！】

熱中症は屋外だけでなく室内でも発生します。体調に異変を感じた場合は、涼しい場所へ移動し、水分・塩分を補給しましょう。

～予防のポイント～

- ・のどが渇く前に水分補給をする
- ・エアコンや扇風機を上手に活用する
- ・外出時は帽子を着用する
- ・無理をせず、こまめに休憩を取る
- ・高齢者や子どもの体調変化に気を配る

⚠ お知らせ②

- ・公民館利用後は、消灯・施錠の確認をお願いします。
- ・行事への参加申し込みは公民館までご連絡ください。
- ・地域の話題や掲載希望記事がありましたらお知らせください。

(連絡先： XXXXXXXXXX 館長携帯)

今月の俳句

・ひまわりに 天井知らずの 空があり 内田 朗子

・白日傘 たたんで店へ 姥二人 常泉 仁志

・茶の湯席 浴衣で集う 奥座敷 小沢 一恵

・握り起こす 浴衣は駈ける 畦道を 沢登 昌弘

・庭先の ひまわり凜と 空に映え 中村 操

・待ちわびて 日傘くるくる 無人駅 河村 ひさ子

・旅先で 忘れた日傘 悔やまれし 吉田 功子

・パラソルの 時代は変わり 扇風機 三枝 茂男

