

下川沿公民館だより

ロイヤル学級定例学習会
7月11日(火) 午前10時開会

健康体操とポッチャで健康づくり

健康体操とポッチャで健康づくり

今月の学習会は、「健康体操とポッチャで健康づくり」と題して開催いたします。覚えやすく手軽に出来、そして楽しく、健康増進を図ることが出来る内容となっております。是非、ご参加ください。

ポッチャでは、交流試合を行います。賞品あり。ご友人をお誘いいただきご参加いただければ幸いです。

日 時：7月11日(火)

午前10:00から12:00

場 所：下川沿公民館

参加費：なし

持ち物：ズック

★参加希望者は、7月7日(金)までに、公民館にご連絡ください。 ☎ 49-0271

「ロイヤル学級」は、いつからでも誰でも参加できます。年会費はありません。年1回の参加でも構いません。お試しに参加してみませんか。

天ぷら油の回収をしています

食用油の再資源化を目的に、使用済の天ぷら油等を回収しております。公民館にポリタンクを設置しておりますので、是非、ご協力願います。

使用済の食用油から、自動車の燃料や石鹼に生まれ変わります。地球にやさしい行動を足元から実践していただければ幸いです。



文化祭時における「健康体操」

ロイヤル学級館外研修

9月より再開



7月と8月はお休みいたします

4月から6月にかけて3回にわたり実施した「ロイヤル学級館外研修」には、のべ80名を超える方にご参加いただきました。五所川原、八戸、そして弘前・平川を訪問し、各地の歴史的建造物や街並み、そして深い文化に接しながら、それぞれの自治体の町づくりや地域おこしを見聞し、今後の地域おこしをするうえで、大いに参考になったのではとっております。

なお、館外研修の下期は、9月から再開し、11月までの3回を予定しております。

【がん検診・健康診査のご案内】



下川沿地区の健康診査やがん検診等を下記の日程で実施します。

集団健診

特定健康診査★、後期高齢者の健康診査★、
肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診★、肝炎ウイルス検診★
★は「血液検査のあるかた」となります

会 場	検診日	受付時間	
		血液検査のないかた	血液検査のあるかた
下川沿公民館	7月18日(火)・19日(水)	12:20~12:50	13:00~13:50
城西体育館	7月20日(木)・21日(金)	12:20~12:50	13:00~13:50

大腸がん検診の受診を希望するかたで採便セットをお持ちでない場合は、検診日の10日前までに、健康課 ☎43-7143（申込専用番号）へお申し込みください。

胃がん検診

会 場	検診日	受付時間	検診車の台数
下川沿公民館	8月2日(水)	6:30~7:30	2
大館北秋田医師会館 (住所：根下戸新町1-8)	8月8日(火)	6:30~7:30	1

お問い合わせ：健康課 ☎ 42-9055

6月ロイヤル学級より

先月のロイヤル学級は下川沿保育所の「祖父母交流会」にロイヤル学級として参加いたしました。園児と一緒に園庭の草取りをし、その後、園児との交流会に参加いたしました。様々な遊びを園児と一緒に楽しみ、心身がリフレッシュした次第です。

宝さがしで、好きなぬいぐるみをゲットし喜ぶ子供の瞳は、何物にも代えがたい情景であると感じました。誰もがあのような時があったんだろうなー。



園児と一緒に宝さがし

《ポッチャサークル活躍日誌》

昨年度のポッチャサークルの活躍については、すでに本誌で取り上げましたが今年度も絶好調のようです。

5月31日に開催された「第2回チャレンジデーカップ」において、2チームが参加し、優勝及び第3位という好結果を残しました。他チームも技術がアップしているとのことで、常に優勝することには困難も予想されますが、今後も頑張っていたきたいと思えます。

公民館休館日

7月17日(月) 海の日