

7月号 忠海東地域交流センターだより

令和8年7月1日発行
忠海東地域交流センター
TEL・FAX 26-0353

★今月の活動お知らせ★

☆なごみカフェ☆

日 時: 7月6日(月)
10:00~11:45

「高齢者の立場から考える災害への対応」についてのお話があります

☆食と健康☆

日 時: 7月15日(水)
10:00~12:00

ビタミンUPで夏バテ防止
メニュー: 豚しゃぶそうめん、
野菜の煮びたし、杏仁豆腐

☆こども夜市☆

日 時: 7月18日(土)
17:30~19:30

お祭り広場、ナゾトキ、軽食、
で楽しめます!

2026年7月教室&同好会・地域行事等 活動日程

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				しあわせつらつ健康 10:00~ シニア健康3B 13:30~	太極拳&琉球 9:00~ 実用書道 9:30~ サロンマー君 13:00~ PPバンド講座 18:30~	
5	6	7	8	9	10	11
	なごみカフェ 10:00~ ピンポン 13:30~	民 舞 14:00~ 		編物仲間 9:30~ しあわせつらつ健康 10:00~ サロンあじかた 10:00~ シニア健康3B 13:30~ 初心者パソコン 13:30~ 運営協力委員会 17:00~	生 花 10:00~ IT活用 13:30~ サロンマー君 13:00~ (公社)認知症の人と家族の会 13:30~	
12	13	14	15	16	17	18
	ほのぼの農園 9:30~ ピンポン 13:30~	ウクレレ 10:00~ 三味線 10:00~ うたごえ 13:30~	食と健康 10:00~	己 書 9:45~ しあわせつらつ健康 10:00~ シニア健康3B 13:30~	太極拳&琉球 9:00~ パンづくり 9:30~ IT活用 13:30~ サロンマー君 13:00~	サロン あじかた ランチ 10:00~ こども夜市 17:30~
19	20	21	22	23	24	25
	海の日	ウクレレ 10:00~ 民 舞 14:00~		編物仲間 9:30~ しあわせつらつ健康 10:00~ シニア健康3B 13:30~ 初心者パソコン 13:30~	実用書道 9:30~ サロンマー君 13:00~	
26	27	28	29	30	31	
	ほのぼの農園 9:30~ ピンポン 13:30~	ウクレレ 10:00~ 三味線 10:00~ うたごえ 13:30~			サロンマー君 13:00~	

★8月の予定

7日(金)おとなヨガ 26日(水)代表者会議

6/5 おとなヨガ報告

参加者 6 名

今回のヨガのテーマはデトックスでした。ねじりのポーズや足の付け根、脇の辺りを伸ばして、全体を流してデトックスしました。終わったあとは、スッキリして、心も身体もリフレッシュできました。

★次回は 8/7 です

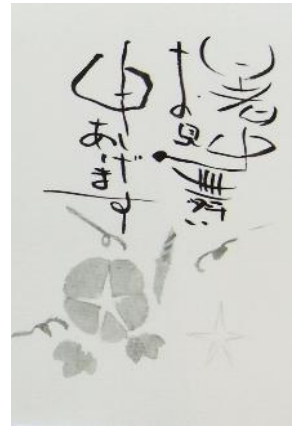
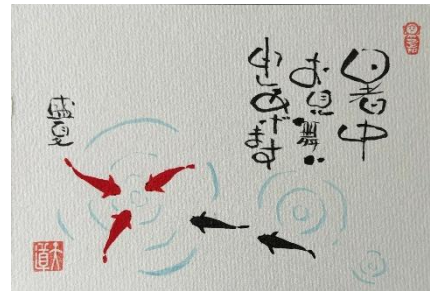


6/18 己書報告

参加者 9 名

今回はうす墨を使用して、季節のお花のアジサイ、朝顔やお地蔵さんを描き、また暑中お見舞いのハガキを書きました。

★次回は 7/16 です



新たな防災気象情報についてのお知らせ

2026 年 5 月 29 日から、防災気象情報(気象庁、国土交通省が共同で見直した制度)は 5 段階の警戒レベルに統一され、避難判断がより直感的に行えるようになりました。

- ・レベル 4 までに全員避難、レベル 3 は高齢者等の早めの避難が目安
- ・自治体の避難指示に加え、自らの判断で安全確保行動を取ることが重要
- ・新しい情報は直感的に理解でき、避難判断がしやすくなる

この変更により、災害時の情報が整理され、住民が迅速に安全行動を取れる環境が整備されます。

※市が発令する情報とも合わせて早めの避難を考えましょう

～地域からのお知らせ～

小丸居神社奉賛会より

祇園祭のお知らせ

7月19日(日)

8時～役員御祈禱

8時30分～小丸居神社巡業開始



～センター調理室のガス台

使用についてお知らせ～

調理室のガス漏れが確認された為、現在ガス台・オーブン・給湯器が使用出来ません。今後の対応は検討中ですので暫くご不便をかけますがご理解頂きますようお願いいたします。

第一地区社協より

墓地一斉清掃のお知らせ

8月2日(日)朝7時から

各墓地に集合各自清掃及び草刈り用具を持参してください。各墓地をみんなの手できれいにしましょう！



忠海学園の作品コーナー

今年度も2階ロビーにて絵画を展示しています。

ぜひ見に来てください。

