

若宮防災キャンプのご案内

(～小学生・保護者対象～)

●日時: **8月20日(土)15:00～**
21日(日)9:00



- 場所: **ワクリエ新居浜 体育館・グラウンド**
- 内容: 防災クイズ、防災グッズの組み立て
防災食、暗闇体験ほか

☆**20日19時頃から線香花火大会を開催します。(線香花火大会だけの参加も可です)**



若宮地区防災訓練のご案内

●日時: **8月21日(日)**
9:00～12:00

- 場所: **ワクリエ新居浜 体育館・グラウンド**
- 内容: 消防出前講座(初期消火体験、煙体験、消防訓練、はしご車体験ほか)

☆例年11月に実施している地区防災訓練が8月になりました!



わかみや

8月

若宮公民館
TEL 34-7612
FAX 34-3294

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況によっては変更・中止の可能性がございます。また、内容についても同様です。予めご了承ください。

☆8・9月公民館セミナー☆

講座	趣味	スポーツ	高齢者	スポーツ
内容	～藍染教室～ Tシャツまたはストールを染めます。Tシャツは各自綿100%のものを用意してください♪ 持参物: ゴム手袋、汚れてもいい服装	～グランドゴルフ大会～ 熱中症対策をしっかりとってゲームを楽しみましょう♪「豪華賞品」が待っています。 持参物: 飲み物、タオル	～ビデオシアター～ 暑い時は涼しい公民館で一緒にビデオを観ながら過ごしましょう。 どんな内容のビデオかはお楽しみに♪	～モルック・ポッチャ大会～ 初めてのモルック・ポッチャ大会です。どなたでも楽しめます。雨のときはモルックが変更になります。 持参物: 上靴、飲み物、タオル
日	8月9日(火)	8月10日(水)	8月18日(木)	9月10日(土)
時間	13:00～16:00	9:00～12:00	13:30～15:30	9:00～12:00
講師	飯尾 久美子さん	高橋 功さん	—	若宮体育の会
場所	調理室・和室	ワクリエ新居浜グラウンド	和室	ワクリエ新居浜グラウンド・体育館
参加費	1000円～	無料	無料	無料
定員	10名程度	30名程度	—	30名程度
申込み	済	8月3日(水)迄	当日参加OK	8月10日(水)迄

施設を利用される皆様へ 社会教育課から次のようなお知らせがありました。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止について(お願い)

新居浜市では7月に入って新型コロナウイルス感染者が爆発的に増加しています。感染の拡大防止のために、公民館を利用される方は次のご協力をお願いします。

- ご家庭や職場にウイルスを持ち込まないように注意してください。
- あなたと大切な人たちを守るためワクチン接種をお願いします。(特に若い世代の早期の3回目のワクチン接種をお願いします。)
- 必要な場面での正しいマスクの着用やこまめな手洗い・手指消毒など引き続き、感染回避行動の徹底をお願いいたします。
- 感染に不安がある方は、無料検査を積極的に活用してください。
- 館内での飲食は控えていただき、料理教室等作ったものは必ず持ち帰ってください。

☆七夕に願いを込めて☆

7月7日七夕に向けて地域の方からいただいたりっぱな笹を公民館の玄関に飾り、子どもから大人まで願い事を短冊に託してもらいました。一番多かったのは、やはり「コロナの終息」でした。

皆さんの願いがかないますように♪



自販機設置で玄関の中に飾ったせいか笹が長持ちしましたよ♪



「みんなで取り組む健康長寿のまちづくり」

6月23日地域包括支援センター健康長寿コーディネーター4名を迎えて、お話やゲームを通して、住み慣れた地域でなじみの人たちと安心して暮らせるまちづくりのヒントを学びました。困っていても声をあげないと困っていることに気づかず、助けることも助けられることもありません。「こんなことに困っています！」と声をあげ、「お互いさま」の助け合いの輪を少しずつ広げ、地域のつながりを持ち続けましょう。



「助け合い体験ゲーム」
助け上手！助けられ上手！どちらも大切です！

PPK体操☆始めました！

7月7日七夕の日に、第1回のPPK（ピンピンキラリ）体操が新田自治会館でありました。地域の人たちの健康寿命を延ばすことを目標に、毎週木曜日13:30から約2時間、実施しています。参加希望の方は新田地区に限らずどなたでも来ていただいてもかまいません。感染対策をしっかりと取りながら続ける予定です。参加希望の方は事前に自治会長さんへ連絡をお願いします。



初回は32名の参加。
セラバンドを使った体操を
楽しんでます！

「睡眠の質を上げるリラックスヨガ」

6月28日のヨガでは、体をポカポカにする準備運動から始まり、体の歪みを整えるヨガのポーズや心を整える呼吸法などを教えてもらいました。体の歪みチェックでは目をつぶって元気にその場で足踏みをするだけですが、目を開けると各自の体の歪みに応じて前に進んだり、斜めに移動したり、回転していたりとビックリ！（ほとんど動いていない歪みのない方もいました）自分の体に向き合うことができ、ゆっくりとした動きでしたが、全身ほぐれて気持ちよかったです。



山のポーズ

「若宮カローリング大会」

6月25日毎年恒例のカローリング大会をワクリエ新居浜体育館で行いました。3名ずつ8チームで3ゲームした結果は、1位メロンチーム（元山さん、菅さん、白川さん）、2位トマトチーム（永井さん、越智さん、塩崎幸子さん）、3位バナナチーム（塩崎弘子さん、塩崎篤志さん、澤井さん）でした。この日はハートネットワークの取材もあり、短い時間でしたがニュースで流れました。

体育の会さん、楽しい運営をありがとうございました！



1位メロンチーム
おめでとうございます！

8月の行事予定表



2(火)・3(水)	絵画・書道教室
4日(木)	マイナポイント支援窓口 若宮公民館巡回
9日(火)	藍染教室
10日(水)	グラウンドゴルフ大会 (雨天17日に延期)
18日(木)	ビデオシアター
22日(月)	若宮地区連合自治会
23日(火)	公民館職員研修



「梅雨」又は「さくらんぼ」で一句！



初めての「ボッチャ」！

～若宮子ども教室のおしらせ～

毎週水曜日 15:30～17:00に開催しています。
放課後を公民館で一緒に楽しく過ごしましょう！

9/7	カローリング
9/14	エコバッグに 絵を描こう
9/21	絵を描こう
9/28	おやつ作り



色紙には「愛語」、お菓子は「若鮎」！