



電話0836(84)1500 <http://www.city.sanyo-onoda.lg.jp//site//takatomarikouminkan>

- ・センター受付にある利用者名簿に名前・住所・連絡先（電話番号）を記入してから利用してください。
- ・当センターへの行き帰りは、センターでは責任を負いません。特に小学生の当センターへの行き帰りは、保護者が責任をもって行ってください。
- ・体調の悪い場合は、利用をご遠慮ください。
- ・学習中は静かに過ごして下さい。
- ・飲み物（水分補給）以外は持ってこないでください。

いきいき健康教室【第3回】 レクリエーション ～「マンカラ」で頭を鍛えよう～

7月8日(月)に富田 輝美 様を講師に迎え、第3回「いきいき健康教室」を開催しました。今回の健康教室は、ボードゲーム「マンカラ」で楽しみながらも頭を使いました。ルールは簡単なのですが、自分の駒と相手の駒の数を計算しながら進めるため、意識しなくても頭の体操になっています。

健康づくりを毎回違う内容で行う「いきいき健康教室」ですが、暑い8月はお休みです。次回は9月9日(月)に身体を使う「モルグ」というレクリエーションゲームを行います。10月は優しいヨガ体験、11月は認知と運動を合わせたコグニサイズ体操を行います。受講人数にまだ余裕がありますので、健康づくりに興味がある方はこの秋からお申込みください。また、託児が必要な場合はお知らせください。



【第1回】防災講座 ～災害時の情報手段について～

私たちが直面する可能性のある自然災害は、地震や洪水、台風など多岐にわたります。これらの災害は予想できない場合もあり、それ故に重大な被害をもたらすことがあります。しかし、私たちは個々の力を合わせ、互いに支え合うことで、より強力な共助の絆を築くことができます。

7月9日(火)に高泊地区セーフティネットワークとの共催で、市総務課危機管理室の隈田様を講師に迎え、防災講座を開催しました。

今回のテーマは「災害時の情報手段について」。警戒レベルの確認や災害の情報を得るための手段、また南海トラフ巨大地震についての説明を聞き、「自分の命は自分で守る」、「自分たちの地域は自分たちで守る」意識を強く持ちました。



高泊地域交流センター関係 8・9月の講座やイベントのお知らせ



8月	3日(土)	縄地子どもまつり（縄地ヶ鼻公園 雨天時はセンター体育館）	訂正:センターだより7月号において、「体験しよう！交流しよう！太極拳」の開催時間が間違っていました。正しい開催時間は、13:30～14:30です。
	4日(日)	夏休み子ども教室「親子でパンを作ろう！」	
	7日(水)	夏休み子ども教室「体験しよう！卓球（午前の部）」	
	9日(金)	夏休み子ども教室「体験しよう！交流しよう！eスポーツ」	
	25日(土)	「体験しよう！交流しよう！太極拳」	
9月	9日(月)	いきいき健康教室【第3回】 「レクリエーション ～モルグで身体を動かそう～」 *モルグは、フィンランド発祥の屋外ゲームで、棒を投げて木製のピンを倒しながら得点を競います。（雨天は体育館で行います）	
	10日(火)	ヨガ教室【第5回、第6回】	
	24日(火)	*オンライン参加者のみ募集中 （ミーティングIDとパスワードはセンターへ）	
	19日(木)	高泊あいあい（教養）講座【第4回】 「人権を尊重するために～身の回りの人権問題～」(DVD視聴)	
	25日(水)	ZOOM講座 *各センターのオンライン講座を自宅などで受講する方法を学ぶ講座です。	