題田原交流センターだより

奥田原交流センターHP https://www.citv.vasugi.shimane.ip/kourvu/okutawara-cs/ 2024-6

発行日 令和6年6月20日

発行者 奥田原交流センター 住 所 安来市広瀬町奥田原602-1

電 話 0854-35-0047



6月16日(日)に夢ランドしらさぎで開催した「奥田原地区敬老会」は、総勢38名の皆さんにご参加いただき、賑やかに開催出来ました。久しぶりの再会に会話も弾み、笑顔いっぱいの皆さんからつの奥田原があるのは、明るくて元気な皆さんのおかげです。いつもありがとうございます。美味しいお料理と楽しい安来節演芸はいかがでしたでしょうか?また来年も一緒に楽しみましょうね♪残念ながら参加出来なかった対象者の皆さん、来年はぜひご一緒しましょう!







5月たわらサロン【開講式・フレイル予防教室①】

運動・社会参加・栄養+口腔です!







5月31日(金)のサロンは、開講式とフレイル予防教室①を開催しました。フレイルとは、加齢により心身の活力が低下した状態のことです。軽い運動や地域活動参加、バランス良い食事を心がけることが予防になり、生活の質を落とすことなく日々元気に暮らすことが出来ます。また、舌のストレッチや歯磨きなどの口腔ケアもフレイル予防に繋がります。たわらサロンでは今年度、3回シリーズでフレイル予防教室を開催して勉強する予定です。フレイル予防について興味をもたれた方は、サロン会員・ボランティア会員登録をして一緒に勉強しましょう! 見学や参加体験も受け付けています。

お問合せは奥田原交流センター(35-0047)へお願いします♪

たわらサロン特別企画

寄せ植え体験参加者募集

日 時 7月7日(日)9:30~

会 場 奥田原交流センター

対 象 奥田原にお住まいの方

体験料 1鉢3,000円

お申込み・お問合せは奥田原交流センター (35-0047) へお願いいたします。

ファイトたわらよりお知らせ

7月と8月の軽体操会について

7月と8月の軽体操会は、猛暑や雨天の中 徒歩で来館される地域の皆さんの安全を考慮し、中止にすることがあります。中止判断は当日午前中に決まります。参加を予定される方は、事前に交流センター(35-0047)へお問い合わせ下さい。

7月の開催日…5日・12日・26日



| 7月の予定 6日…小暑 22日…大暑 | | | | | | |
|---------------------|---------------------|-----------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------------|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 6/30 | | 2 診察の予約は 7月1日までに 流センターへ! | 3 巡回診療日 | 4 休館 | 5 軽体操会 | 6 |
| 7 たわらサロン特別 企画 | 8 | 9 | 10 休館 | 11 ぐるっと Yasugi 号 運営協議会委員会 | 12 軽体操会 | 13 |
| 14 | 15 海の日 | 16 休館 | 17 | 18 巡回図書入替え日 | 19 休館 たわらサロン | 20 |
| 21 | 22 たより発行日 | 23 | 24 大腸がん検診容器 配布 (8/2 まで) | 25 休館 ぐるっと Yasugi 号 | 26 軽体操会 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 休館 | 8/1 | 2 | 3 |

熱中症に気をつけましょう

今年は例年より遅い梅雨入りとなりそうですが、梅雨を通り越してすでに夏のような暑さが続いていますね。普段と変わらない生活の中でも、気温上昇や体調によって急に発症する熱中症。テレビ・ラジオなどで「熱中症警戒アラート」が発表された時は、不要不急の外出は避けて風通しのいい室内で過ごし、こまめな水分補給を心がけましょう。熱中症等の情報は、右記 QR コードから登録してメールやラインで受け取ることができます。ぜひご活用下さい。



熱中症 予防









環境省LINE ハポアプロ

高会の皆さん ありかさうございき 8月20日(大)に まるのださい

6月20日(木)に、寿会の皆さんに 交流センター周辺と相撲場の奉仕 作業をしていただきました。梅雨に 向けて伸び放題になる雑草を綺麗 に刈り取っていただき、とってもスッ



キリしました。夏のイベントも安全に開催できそうです(≧ V ≦)♪ 寿会の皆さん、暑い中での作業をありがとうございました!





調理室の冷蔵庫について

気温の上昇とともに、調理室の冷蔵庫の使用頻度も高くなっています。会合等で余った酒類やおつまみ等は、次に使用する方が使いやすいように、冷蔵庫に保管せずお持ち帰りいただきますよう、お願いいたします。館内や冷蔵庫内で一定期間(およそ2週間)経ったものは、衛生管理上処分させていただきます。ご了承下さい。

蛙兎画記 ~というか主事のヒトリゴト~

(itohito)

5月連休明けから東側テラスが チュンチュンと賑やかになり、 気づくとツバメが巣を作り始め ていました。巣が完成して生ま れた5羽の雛たち!スクスクと 成長して、巣の中が窮屈そうで す。もうすぐ巣立ち…またいつ もの静かなテラスになると思う と、なんだか淋しい気分です。

