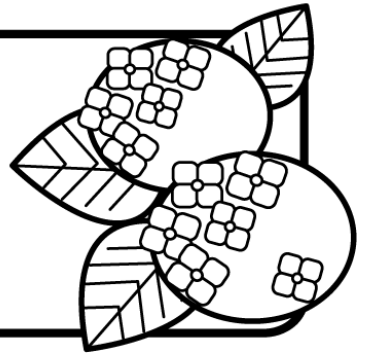




# ふれあい中須



■編集・発行 中須をよりよくする会・中須公民館

☆記事と情報は中須公民館まで Tel.89-0301

## ☆中須地区福祉員・民生委員合同研修会

5月25日(水)午前10時より、中須公民館の集会室において、平成28年度の第1回目となる中須地区福祉員協議会・民生委員児童委員協議会合同研修会が行われました。

研修会の開始前には、このたび新設された周南北部地域包括支援センターの吉木秀之センター長のあいさつがあったほか、委嘱状交付・見守りマップの修正や、周南市地域福祉課の坂本智子保健師を講師に招いての出前講座「いきいき百歳体操で筋力アップ」も行われました。

参加されたみなさん、お疲れ様でした。



## ☆中須診療所の休診のお知らせ

平素より、中須診療所をご利用いただきありがとうございます。誠に勝手ながら、6月21日(火)の診療は、休診とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いたします。

周南市中須診療所  
お問合せ先  
周南市地域医療課  
22-8082



なお、木曜日の診療時間は13時30分から14時30分までの1時間に変わっております。

# ☆シニアのための中須料理教室 受講生募集

中須公民館では7月より、シニアの皆さんがひとりでも作れるメニューを題材に、左記のとおり料理教室を開催します。

日時 7月1日(金)10時～13時

場所 中須公民館 調理室

対象者 中須地区にお住まいのおおむね65歳以上の方(男女不問)

持参物 米半合・エプロン・手拭きタオル・材料代500円程度

講師 今回は初回のため、やまなみ荘の管理栄養士 中村菜由様にお願ひしています。



参加申込は、6月23日(木)までに中須公民館 89-0301に連絡をお願いします。皆様のご連絡をお待ちしています。

# ☆なかすガーデニング教室 受講生募集

今年度も教室(寄せ植え・アレンジメント・リース作り)を開催することになりました。第一回目は寄せ植えです。

日時 6月27日(月) 13時30分～15時30分  
場所 中須公民館 集会室

今回は、素焼きの鉢に各人花の色を替えて植えてみましょう。

参加申込は、6月22日(水)までに左記の方々までお願いします。

- 繁岡 恵子 89・0865
- 河口 典子 89・0388
- 山本美千代 89・0858
- 形岡 和子 89・0516



## 6・7月の行事予定

日時	内容	場所	備考
6月15日(水)	移動図書館 やまびこ号	中須公民館 駐車場	13:20 ～14:00
6月18日(土)	ほたと 浴衣のゆうべ	黒石川周辺	89family
6月19日(日)	北部地区球技大会	須々万中学校 体育館	体育振興会
7月 1日(金)	移動図書館 やまびこ号	中須公民館 駐車場	13:20 ～14:00
7月 上旬予定	プランター・花壇 花の植替え	中須公民館 駐車場	よりよくする会

# ☆AED講習会

5月24日(火)、中須中学校二階多目的ホールにおいて、徳山中央病院集中治療科部長の宮内善豊先生を講師にお招きし、AED講習会が行われました。(中須中学校主催、中須公民館共催)

AEDの講習に入る前には、この時期から気を付けなければいけない熱中症についての講話があり、暑さに体が慣れていない今の内から、軽めの運動を行って汗腺や筋肉をトレーニングし、運動後は牛乳を飲むと良いとおっしゃっていました。



## 中須の人口 6月1日現在

	前月比
男	345人 (+2人)
女	383人 (-3人)
総人口	728人 (-1人)
世帯数	373世帯 (±0世帯)
高齢化率	54.1%

