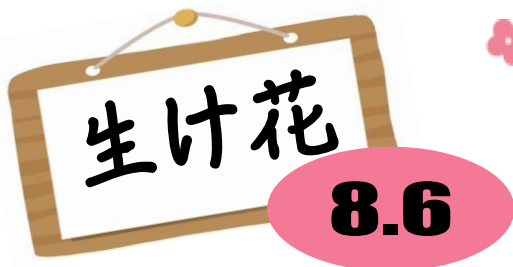




夏休み子ども教室

工作教室は2回にわけて開催し、計22人の子供達が参加しました。

小畑木工クラブの方々に教えていただきながら、マガジンラックを作成しました。事前にパーツごとに切り分けられた板を木工用ボンドで固定し、釘を打ち付け、紙やすりを使ってきれいに磨き完成させました。板を取り付ける間隔や角度を変えるなどして、それぞれが少しずつ違う作品に仕上がりました。



生け花教室には、8人の子供達が参加してくれました。桜木市民センターで講座を開かれている生花華陽会の方々に教えていただきながら、コーヒーカップに入れた吸水スポンジに、生花をはさみで切って生けていきました。

今回は、東京オリンピックでメダリストたちが受け取るビクトリーブーケをモチーフにした、ヒマワリやリンドウを中心にした作品が出来上がりました。同じ花材でも、長さや色のバランスの異なる個性的な作品になりました。



東京オリンピックのトーチがやってきた！

7月30日と8月6日に、周南市のふるさと振興財団が実施している「地域でつながろう！トーチリレー」で東京オリンピックの聖火トーチをお借りしました。夏休み子ども教室に参加していた子ども達や来館された方々が、トーチを持って記念撮影を行いました。オリンピック柔道100キロ超級に参加された原沢久喜選手の柔道着も貸していただき、とても大きくて重たいことにびっくりしました。



9月1日は防災の日です。近年、各地で大雨による被害が多数報告されています。

これから台風シーズンに突入します。いのちの確保を最優先に考え、各自が判断をして早めの行動に移せるよう心がけましょう。

警戒レベル	新たな避難情報等
5 災害発生又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難!>~~~~	
4 災害のおそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b>
3 災害のおそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b>
2 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1 今後気象状況悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)



## 毎日、野菜を食べていますか？

成人の1日の摂取量目安は 350 g

(そのうち緑黄色野菜 120 g 以上)

=加熱していない状態で 両手に山盛り 1 杯分

### 野菜摂取で期待されること

- ①血圧低下に効果      ②肥満の防止に効果
- ③血糖値の上昇を抑える      ④脳梗塞、心筋梗塞の予防

### 毎日の食事に野菜の小鉢をプラス!!

#### 【いんげんのサラダ】

茹でたいんげんに ドレッシングと粉チーズをかけて

#### 【らっきょうとちくわの和え物】

らっきょうの甘酢漬けに ちくわときゅうりを和える

#### 【小松菜とじゃこのナムル】

さつと茹でた小松菜に じゃこ、ごま油、しょうがを加える



田村 勇一 (城4)	福田 紀子 (城4)	逆井 歌代 (城4)	神足 和子 (城4)	石田 洋一 (城4)	杉 昭三郎 (城3)
	竹中 泰宏 (今宿)	多田喜代江 (城5)	北野 喜子 (城5)	石井 芳江 (城5)	田村 富代 (城4)

### 【ラジオ体操 皆勤賞 7月】

- ✧ 貝に続く場所にて 石沢 麻依
- ✧ 彼岸花が咲く島 李 琴峰
- ✧ テスカトリポカ 佐藤 究
- ✧ 星落ちて、なお 澤田 瞳子

### 新刊図書 入庫しました



## とおの山 登山者語録



★ 今日は車道で猪に出くわす。道路が崩れた少し上あたり、相手はすぐに山に入った。湿気が多い時は猪、蛇等に出会う。先日登山道12ヶ所ぐらいに水仙を植える。 S. I

★ とても暑い。途中のベンチでひと休み！ヒグラシの鳴声、もの寂しいがよく鳴いている。青い空に白い雲「とおの山」ありがとう！ Y. H

★ 相も変わらず山頂の景色はいいものです。風も涼しいです。ただ、虫が多いのが難点です。あまり蚊やアブや蜂は好きではありません。四十肩 M. F

★ 山頂は風が抜け、気持ち良い。体操して下山！ S

今年8月中旬から2週間も梅雨のような雨模様が続き、季節がいつかわからないようでした。また、全国各地で集中豪雨による土砂崩れ等により大きな被害も起きました。異常気象がいつでも起こると思っ

### 【編集後記】

東京オリンピックは、日本選手の大活躍にテレビを通して大きな声援が送られました。メダル獲得数も過去最高で、盛会裏に無事終了しました。しかし、新型コロナウイルスの感染者数は急激に拡大しました。オリンピックやお盆による人の動きが拡大したことが感染拡大につながったと思われる。また、デルタ株は何倍も感染力が強くなっています。ワクチン接種も進んでい

ますが、この先どうなるのでしょうか。基本的な感染対策をしっかりしていきましょう。

## 9月 さくらぎカレンダー

- 4日(土) 秋季大運動会【周陽中】
- 8日(水) 夜間パトロール 19:00~
- 10日(金) バス・タクシー運賃助成申請受付
- 12日(日) 朝市 (縁) じょい!ヶ丘 8:30~
- 14日(火) 向道湖農園福祉作業【老連】
- 26日(日) 朝市 (縁) じょい!ヶ丘 8:30~

※ 中止や変更になる可能性があります

コロナ感染防止のため、敬老会記念行事と桜木フェスタ・文化祭は中止します

※ 9月12日まで桜木市民センター利用の自粛をお願いしています。