

小学 5 年生が主役です！ 田植えしました！



6 月 3 日学校田で、5 年生が地域の方と一緒に、「みやたまもち」もち米苗を植えました。みんなで苗を持って一斉に田んぼへ入り、端から一列になって苗を手で植えました。植えた苗が成長し、秋になるともち米が実り収穫が楽しみです。



それに先駆けたかのように、5 月 26 日(日)堀川・弁天・小踏・大踏 4 自治会の子ども会で、「田んぼ泥んこ遊び」が開催されました。小踏自治会で稲作をされている方のご厚意で田植え前の田んぼを解放していただき、「どろんこ気持ちいい〜！」泥をけちらし・・・泥にうもれ・・・泥を投げ合いながら遊びました。田んぼでどろんこ遊び、「子育て世代がつながる地域づくり」を目指す小踏自治会子ども育成部長は「町内一丸となって盛り上げていきながら、子どもたちにいろんな経験をしてもらえるようなイベントをこれからも作っていきたい」と話していました。



“大きく育てね”

櫛浜小1・2年生、櫛浜保育園、年長・年中さんが
さつまいもの苗植え



子どもたちに農業の大切さや収穫の喜びを知ってもらおうと、毎年、小学校の畑でさつまいもを栽培しています。6 月 4 日、1・2年生、年中・年長さん、およそ 100 人が参加して、「紅あずま」という品種のさつまいもの苗、およそ 500 本を植えました。子どもたちは、地域の人に手伝ってもらいながら、畑に直径 15 センチほどの穴を掘ったあと、苗が横になるよう 1 本 1 本丁寧に植えていきました。最後に、苗に向かって大きく育つようお願いを込めました。



講座紹介・会員募集 ありそうでないサロン

“ふれあいカフェほがらか”
「笑い、体操やおしゃべりで
高齢者の孤立・虚弱防止へ」



6月6日(木)、萩市から笑いヨガの長田さん・ギター演奏の野村さんの二人をお迎えし、「笑って健康お笑いヨガ講座」を開催しました。

椅子に座って手をたたいたり足を動かしたり、大きな声で笑ったり、ギター演奏は懐かしい曲を弾かれ、最後は、長田さんがオカリナを吹かれて皆で歌いました。笑ったり、歌ったりして皆さん最後はいい笑顔でした。

次回は、7月4日(木)を予定しています。若干名入会可能です。待っています。

健康体操クラブ「ベストフレンド」 只今、会員募集中！

最近、つまずいたり・肩の凝りがひどくなったりしませんか？仲間と一緒に楽しく健康づくりをしましょう！まずは無料体験から！大歓迎！！

*毎週木曜日 14:00～15:00

*月会費 2,000円



市民センター講座の一覧表は、市ホームページ、当センター窓口にあります。特に、高齢者に向けた講座では、健康づくりや要介護状態の一步手前をさすフレイル（虚弱状態）防止体操を取り組ん体操講座は多くあります。

女性の参加は多いですが、男性の皆さんの参加や講座開設のご相談も受け付けています。

市民センター講座の入会希望、見学等の問合せ先

市民センターⅧ 25-0555

(土・日を除く 8:30～17:00)



図書だより

6月28日から周南市美術館で「宮西達也の世界ミラクルワールド絵本展」が開催されています。榎浜市民センターにも、絵本作家宮西達也さんの絵本があります。是非、美術館でミラクルワールドを堪能し、市民センターの絵本で感動を味わいませんか。

7月中旬には新刊が入る予定です。

宮西達也さんの個性的なキャラクターの絵本を一冊紹介しましょう。

「おまえ うまそうだな」

弱ってたおれているティラノサウルスに、ケツアルコアトルスがおそってきました。そのとき、なんとアンキロサウルスが助けてくれたのです。「なぜおれを助ける？」ときくティラノサウルスに、アンキロサウルスは「困っているひとを助けるのはあたりまえ」だといって、赤い実をはこんでくれました。



一緒にすごすうちに、ティラノサウルスはなつかしいきもちになって……。実はそのアンキロサウルスは……。長い時を経てもういちど巡り合うせつなくもあたたかい再会の物語。

6月26日の「国際麻薬乱用撲滅デー」に合わせて 「不正大麻・ケシ撲滅運動」大麻に注意！



ケシ・大麻

写真に似た花や

葉に注意しましょう



山口県では、覚醒剤は減少傾向にある一方で、大麻は、去年（令和5年）27人を検挙し、平成以降で過去最多になっています。

大麻の乱用が急増中！私たちの身近な場所で大麻栽培がおこなわれています。大麻やあへん系麻薬の原料となるケシは、大麻取締法、あへん法等により、栽培の免許を受けた人以外の栽培が禁止されています。しかしながら大麻、ケシと間違われやすい植物もあることから誤って栽培されることや、自生していることもあります。もし、町内で（空地や雑草地）で不正大麻・ケシや似た植物を発見された場合は警察または、保健所に届けてください。

榎浜市民センターは、「薬物乱用防止活動」に協力、国際支援募金箱を設置しています。

令和5年度は、1,400円の募金が集まり保健所へ届けました。ご協力ありがとうございました。

今年度も皆様の協力をお願い致します。

スポーツ結果

★スポ少野球



5月26日(日) 春期5年生大会 **優勝**

「最初負けていたけど最後まで粘って逆転できてよかった。次は余裕を持って勝てるよう頑張りたい。」

石田偉織(5年・大島)

6月2日(日) 中国地区学童選手権大会 1勝1敗

「センターからのゲッツーが取れて嬉しかったです。」

三浦佑太(6年・弁天町)

6月8日(土) 春期4年生大会 **優勝**

「ピッチャーができなくて悔しかったけど、バッターでは5打数2安打1打点だったので、次はホームランが打ちたいです。みんなで優勝できてうれしかったです。」

大塚勝也(4年・東浦町)



6月15日(土) 東ソー杯 1勝1敗

「負けて悔しかったです。次の試合はもっと練習して頑張りたいです。」

玉野雄路(6年・旭町2)

★スポ少サッカー

5月11日(土) 周南リーグ第2節U12 3勝

「失点0でうれしかった。今年はリーグ戦優勝したいです。」

橋口碧人(6年・平井)

5月19日(日) 小野田チャレンジカップU12 2位グループ 1位

「ゴールでチームの勝ちにつながって良かったです!」

井上結仁(5年・浴)

★婦人バレー



6月12日(日) 市リーグ 1勝1敗

「2勝できなくて、悔しいです。」

高谷文子(浴)

★グラウンドゴルフ

5/29(水) 浜田杯岩国大会 参加者165名

5位 長浜靖彦(居守2)

「メンバーが明るい方ばかりで楽しくプレーし結果も!ラッキー!!」

長浜靖彦(居守2)

★卓球



6月15日(土) 市親睦ダブルス抽選大会

1・2位グループ 1位 田中仙子(塩田)

3位 長棟郁江(華西大踏)

3・4位グループ 1位 水津道子(居守3)

「点をせり合いながらも、勝てたことが楽しかったです。」

田中仙子(塩田)

檳浜からモルック誕生なるか!

体育振興会主催のスポーツ大会が6月2日(日)「第1回モルック大会」が華西公園で、16日(日)「第28回ソフトバレーボール大会」が檳浜小体育館で行われました。「モルック大会」は、初めてトライする新ゲームにもかかわらず、27チームが参加し熱戦を繰り広げました。参加者からは、「勝っても負けても楽しかった。」「幼児から年寄りまで、誰でもできるスポーツでいいね。また、参加したい。」と声が出ていました。来年も開催予定です。ぜひ、ご参加ください。また、ソフトバレーボール大会は、年々参加チームが減る中、常連チームが火花を散らし、ゲームは大盛り上がりでした。



モルック大会
狙いを定めて!
50点...



「アベック優勝

- | | | | |
|----|---------------|------|-------------------------------------|
| 1位 | 南浜自治会チーム | 150点 | 南浜自治会 |
| 2位 | 浜辺親子チーム(浴自治会) | 148点 | |
| 3位 | 華西小踏自治会チーム | 137点 | 集計の結果、
3位が誤っていました。訂正してお詫び申し上げます。 |

夏の交通安全県民運動

令和6年7月11日(木) ▶ 20日(土)

*「横断歩道ハンドサイン運動」
を推進しよう!

歩行者優先意識の徹底と

「思いやり・譲り合い」運転の励行



お知らせ



★サークルゆりかご(母推協)

日時 7月4日(木) 10時~11時

場所 市民センター 講堂

★地区一斉清掃(自治会連合会)

日時 7月14日(日) 各自治会時間

★そば打ち教室(市民センター)

日時 7月20日(土) 10時~18時

場所 市民センター 調理室

※7月8日(月)から申込み受付

★夕涼み会(コ推協)

日時 7月27日(土) 18時~20時

場所 檳浜小グラウンド

令和6年7月地区行事・ごみカレンダー

7月	ごみ収集・祝日	諸団体	学校関係	市・その他
1	月	容プラ	あいさつ立哨	
2	火	燃やせるごみ		
3	水	ペット	こども教室(セ)	
4	木	びん・缶	サークルゆりかご(母)	
5	金	燃やせるごみ	七夕まつり(蓮)	
6	土		習字教室・生花教室・科学教室(セ)	
7	日			
8	月	容プラ		
9	火	燃やせるごみ		
10	水	紙・衣		やまびこ号
11	木	他プラ	周南市一斉あいさつ立哨・夏の交通安全運動立哨	
12	金	燃やせるごみ		
13	土		習字教室(セ)	
14	日			
15	月	海の日・容プラ		
16	火	燃やせるごみ		懇談会Ⅰ(中)
17	水	ペット		懇談会Ⅱ(中)
18	木	びん・缶		懇談会Ⅲ(中)
19	金	燃やせるごみ		終業式(小・中・総・蓮) 懇談会①(小)
20	土		習字教室・茶道教室・そば打ち教室(セ)	
21	日		編み物教室(セ)	
22	月	容プラ		懇談会②③(小)
23	火	燃やせるごみ	体軸体操(セ)	サマースクール(小)
24	水	紙・衣		サマースクール(小)
25	木	燃やせないごみ		
26	金	燃やせるごみ	太田原木工教室(セ)	やまびこ号
27	土		夕涼み会(コ) 習字教室(セ)	
28	日			
29	月	容プラ	陶芸教室(セ)	
30	火	燃やせるごみ		
31	水	処理困難物	クッキング(セ)	

☆お役立ち情報局☆

「涼みの駅」で

気軽にひと涼み

梅雨真っ盛りで、雨の多い日が続いていきます。櫛浜市民センター(櫛浜支所)では周南市健康づくり推進課がすすめています「涼みの駅」を設置しました。外出中の人が熱中症予防を目的として、ひと涼みするため利用できる協力施設です。暑さから体を守るため、ぜひ気軽に立ち寄りください。飲み物の自販機、設置してあります。

暑熱順化で暑さを乗り切ろう!!
暑熱順化とは、暑さに慣れ、汗をかきやすい体をつくること。ウォーキングやジョギング等、やや暑い環境で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度、無理のない範囲で行いましょう。汗をかき、体温の上昇が抑えられることで熱中症になりにくくなります。

順化には約一週間かかると言われています。少しずつ始めてみませんか?

