

加茂公民館だより 8月号

〒793-0103 西条市荒川2号185番地

TEL : (0897) 58-0001 / FAX : (0897) 58-0234

eメール : kamo-k@saijo-city.jp

令和7年8月1日

加茂公民館発行

NO.532

加茂地区の人口

人口 82人(±0)
男 37人(±0)
女 45人(±0)
世帯 57戸(±0)
令和7年6月末日

*西条市役所のホームページにはカラー版を掲載しています。

暑中お見舞い申し上げます。

暑い日が続きますが、水分をこまめに摂り、お体に気を付けて

お過ごしください。

8月の行事案内

高齢者学級 料理教室

～そばめし・なすと油揚げの味噌汁・
きゅうりのからし漬け・いかの煮物・
コロコロドーナツ～

日時：8月21日(木) 10:00～12:00

場所：公民館 調理室

材料費：700円

定員：15名

持参物：エプロン・三角巾・マスク

締切日：8月13日(水) 16:00

*材料の準備の都合がありますので、締切日時以降の申し込みはできません。

*早めのお申し込みをお願いします。

8月のミニデイ

藤咲会

日時：8月22日(金) 10:00～

内容：「レクリエーション」

だんだん会

日時：8月27日(水) 10:00～

内容：「レクリエーション」

わいわい会

日時：8月29日(金) 10:00～

内容：「レクリエーション」

西条市からのお知らせー1

8月15日(金)・8月16日(土)は、『お盆』のため、ゴミ収集はお休みです。
次回の収集日にお出してください。

西条市役所 環境課

西条市からのお知らせー2

原爆死没者ならびに戦争で亡くなられた数多くの方々のご冥福と平和を祈念するための
黙とうに、ご協力をお願いいたします。

- (1) 広島平和記念日：8月6日(水) 午前 8時15分から1分間
- (2) ながさき平和：8月9日(土) 午前11時02分から1分間
- (3) 戦没者を追悼し平和を祈念する日：8月15日(金) 正午から1分間

8月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休館日 手芸サークル
3 休館日	4	5	6	7	8	9 休館日
10 休館日	11 休館日 山の日	12	13	14	15	16 休館日
17 休館日	18	19	20	21 料理教室 10:00	22 藤咲会 10:00	23 休館日
24 休館日	25	26	27 だんだん会 10:00	28	29 わいわい会 10:00	30 休館日
31 休館日						

西条市からのお知らせー3

タイトル：能登半島地震から考える地域の備え～その時に向けて今何ができる？～

対象：市内在住の方

日時：8月31日(日) 13時30分～15時00分

場所：西条市総合福祉センター 研修室2

内容：昨年の正月に発生し大きな被害があった能登半島地震。その現場から見た
地域に必要な備えとは？南海トラフ巨大地震の発生も危惧される中、私たちには
今、何ができる？

講師：芝 大輔 氏(愛媛大学大学院 地域レジリエンス学環 准教授)

定員：80人

申込方法：申込み先に電話またはメールにて申込み

申込期限：8月27日(水)

申込み先：西条市連合自治会西条支部事務局(西条市役所市民協働推進課)

0897-52-1462

shiminkyodo@saijo-city.jp

6月のできごと

6月7日(土) 公民館のあじさいが満開です



6月8日(日)
四国地方が
梅雨入りしました。



6月27日(金)
平年より20日早く、1951年の統計
開始以降最も早い梅雨明けで、6月
の梅雨明けは初めてとなります。

6月16日(月) グラウンド整備をしました

この季節は草が伸びるのがとても
早く大変です。



とても綺麗になりました。

6月20日(金) 藤咲会

今日は済生会西条病院の理学療法士さんに「転倒予防について」のお話をいただきました。転倒予防の仕方と、転倒した時に骨折しないように骨を強くする食事について、筋力アップの簡単な運動を教えてくださいました。毎日無理のない程度に運動を心がけましょう。



6月22日(日) 雲龍寺虫祈禱

10時頃から中之池雲龍寺にて虫祈禱が行われました。害虫予防と五穀豊穰、住民のみなさんの健康をお祈りしました。



6月22日(日) 下津池ラベンダー摘み

何日か前からお天気を心配していました。
お天気は曇り空で時々お日様がお顔を出して
いました。ラベンダーのいい匂いが漂う中、
汗をかきながら摘みました。
下の畑の色とりどりのあじさいも満開でとても
綺麗でした。



6月24日(火) ラベンダースティック作り教室

伊藤正夫さん・淳子さん夫妻が丹精込めて作っ
たラベンダー、いつもありがとうございます。
いい香りに癒されながらラベンダースティック
作り教室が始まりました。本数を数えながらリ
ボンをかけて真剣な表情で編んでいきました。
素敵なスティックが完成しました。



6月25日(水) だんだん会

今日は済生会西条病院の作業療法士さんに「シン・認知症予防～認知症と足の深い関係～」についてのお話をいただきました。認知症予防トレーニングをしました。「右手がグーで前に出して、左手がパーで胸へ・・・次は反対ですよお～。」ああ・・・。パニックになりました。しかし、間違えても続ける事が大事です。



6月27日(金) わいわい会

今日は済生会西条病院の管理栄養士さんに「栄養教室～低栄養・フレイルを予防しよう」のお話を
いただきました。「エネルギーとたんぱく質」の摂取を心がけてください。日頃の買物時に「栄
養成分表示」を確認してみましょう。いつもの料理にプラスしたり、そのまま食べることができる
食品(たんぱく質)をストックしておきましょう！心がけが大事です。

