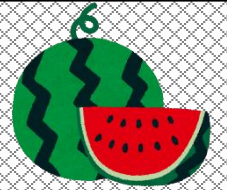




渡公民館便り



境港ここから!ニコニコ健康くらぶ

～食事チェック 実施します～

ご自身の食事についてチェックしてみませんか。

食品サンプルを選んでセンサーにのせると食事バランスや塩分・エネルギーなどがさっとわかります。

お茶を飲みながら、食事チェックの結果について管理栄養士や保健師に相談できます。

日時 : 令和6年7月25日(木)
午後1時30分~3時30分
(※申し込み不要、受付は3時まで)

場所 : 渡公民館

内容 : 食事チェック・健康相談

料金 : 無料

用意するもの : 健康手帳(持っている方)

※前回参加された方は、お渡ししたファイル(クリーム色)をお持ちください。

主催 : 境港市健康づくり推進課 Tel47-1021



公民館講座

グラスアート講座のご案内

カラーフィルムやリード線を使ってステンドグラス風な作品を作ります。是非、ご参加ください。

日時 : 8月2日(金) 13:30~

場所 : 渡公民館 集会室

定員 : 10名

参加費 : 1,000円~1,500円まで

(※使用する材料の関係で、目安の額になっております。)

講師 : 山木美輪さん

申込〆切 : 7月22日(月)まで

※作品を選んでお申し込みください。

①ポケットティッシュケース(左)

②キャニスター(右)

真ん中の柄を参考にして下さい。

申込先 : 渡公民館

☎45-0903



「夏休み子ども講座」のご案内

今年も公民館はいろいろな子ども講座を予定しています。

くわしい案内は、後日渡小学校から配布される

お知らせをご覧ください。

7月の「あいさつ運動の日」

◎渡小学校 : 7月1日(月)

◎第三中学校 : 7月10日(水)

第三中学校区コミュニティ・スクール テーマ

「いきいきと みんながつながる 三中校区」

今月の公民館講座

★「ワイヤーアート講座」 7月5日(金) 午前10時~

★「音読教室」 7月19日(金) 午前10時~

★夏休み子ども講座 お知らせをご覧ください。



7月の移動図書館



7月19日(金) 10時50分~11時20分 公民館玄関前駐車場
たくさんの本を乗せてやって来ます。

市民図書館で借りた本を返す事も出来ます。どうぞご利用ください。



7月の豆カフェ情報



7月20日(土) 10:00~11:30

渡公民館 集会室にて開店します

ゲストは「渡部哲美さん」です。

ウクレレ、ハーモニカを伴奏に皆さん一緒に歌いましょう



【渡の『食改』からのお知らせ】

自分で 作って 食べる 昼ごはん

夏休み「子どもクッキング」

日時 : 7月31日(水)

10:00~12:30

場所 : 渡公民館 調理室

メニュー : パッククッキングで作る

『ロコモコ丼&杏仁豆腐』

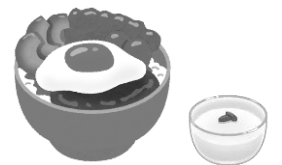
参加できるのは : 渡小学校の5,6年生 15名

申し込み : 公民館に申し込み用紙を提出

(用紙は7月初めに配ります。)

費用 : 200円

《渡地区食生活改善推進員会より》



プリンター使用済みカートリッジ

回収箱の設置と回収のお願い

渡小学校 PTA の活動で「使用済みインク・トナーカートリッジ回収」をしておられますが、渡公民館にも回収箱を置くことになりました。回収したカートリッジはベルマークの点数になり、学校の備品や教材などの商品を購入する資金に充てることが出来ます。

回収を通して、資源の有効利用と廃棄物の減少、学校教育へのご支援にご協力をお願いします。

○対象はキャノン・エプソン・ブラザーの純正品のみです

○購入時の化粧箱やプラ包装、キャップは取り除いて下さい。

○インク供給口にテープ等を貼らず、ポリ袋に入れ、そのまま回収箱に入れてください。

公民館講座やイベントなどで撮影した写真を、公民館便りやホームページに掲載させて頂くことがあります。あらかじめご了承ください。

【裏面もあります】

～7月の防犯パトロール予定～
2・9・16・23・30（火曜日）

午後6時30分～

自転車で渡公民館集合です！

◎雨天（小雨時）は中止します。

※青少年育成境港市民会議渡地区部会



★ありがとうございました★

6月18日(火)に「渡ことぶきクラブ」の皆さんで公民館周辺の除草作業が行われました。スッキリ綺麗にいただきました。



【ボランティアを募集しています】

○7月27日(土)「夏休み子ども防災合宿」15:00～翌8:30

○毎月第4土曜日の小学生向け公民館開放9:00～16:30

体験学習の手助け、見守りをしていただけのボランティアを募集しています。短時間でも構いません。

詳しくは渡公民館までご連絡ください。TEL45-0903 築谷

渡地区社会福祉協議会だより

食事サービス

7月は19日（第3金）です。8月は有りません。

ほのぼのマーケット(移動販売)

7月は3日、10日、17日、24日、31日です。

かやの鮮魚店さんが来られます。どうぞご利用ください。



敬老会のご案内

期日は9月16日（月祝）で、対象者は昭和24年4月1日以前に生まれた方です。

渡地区の式典は昨年同様午前10時から、演芸は桂文吾氏による口演と落語で

11時30分頃には終了です。

また、会場（みなとテラス）への交通手段は、今回もマイクロバスの手配をします。

ふれあいグラウンドゴルフ大会のご案内

期日は11月1日（金）で、13時過ぎに競技が始まります。

渡小6年生との競技を通じた交流に、渡地区内の一般の方々のご参加をお待ちしております。

（文責：松本幸永）



【境港警察署からのお知らせ】

夏休みの少年非行・犯罪被害防止のために

夏休みは子どもたちがたくましく成長する反面、開放感や気のゆるみから生活が乱れて、万引きなどの非行、家出やSNSの利用で犯罪被害に遭う可能性が高い時期です。

子どもたちを健全に育成するためにも保護者、地域の皆さんに次のことについて、ご協力をお願いします。

《保護者の皆様へ》

- ・ 学校のきまりを守り、規則正しい生活をさせてください。
- ・ 子どもと話すことで、気持ちを理解し、SOSのサインを見逃さないでください。
- ・ 飲酒、喫煙や夜間の不要な外出をさせないでください。
- ・ 子どもが使用するスマートフォンなどは、家庭でルールを決めて使用させ、フィルタリングの利用を含むペアレンタルコントロールを行うなど保護者が管理してください。



《地域の皆様へ》

- ・ 少年に対する挨拶など「声かけ」を行い、地域全体で子どもたちを育みましょう。
- ・ 深夜はいかい、暴走行為などを行っている少年を見かけたら、最寄りの警察署などに連絡してください。



◎ 非行、犯罪被害やイジメに関する相談は、最寄りの警察署にお願いします。