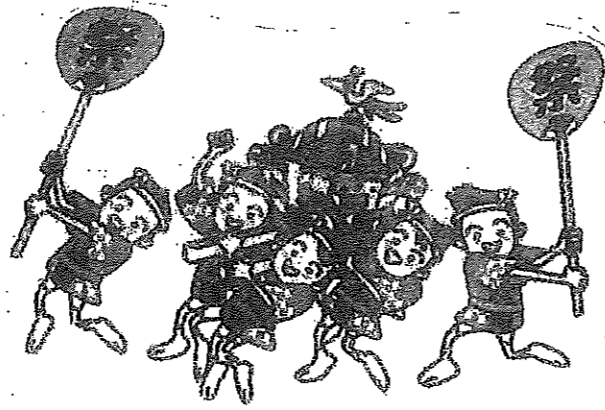


子供御輿 に参加しましょう！



今年の夏祭りは8月4日(土)です。平成25年の夏祭りに初めて登場した子供御輿は、今では美奈宜の杜の夏祭りには無くてはならない存在です。今年も子供御輿で祭りの幕を開けましょう！
毎日、大きなランドセルを背負って通学する子供達の姿からは、何かしらパワーが溢れ出ているように感じます。子供達にとって、美奈宜の杜は間違いなく「故郷(ふるさと)」です。夏祭りの子供御輿が、子供たちにとって忘れられない楽しい思い出の1ページになればと思います。お父さんも、お母さんも、子供さんと一緒に子供御輿に参加して下さい。
また、遠くからお孫さんが来られるご家庭もあるかと思えます。お孫さんと一緒に、お爺ちゃん・お婆ちゃんも是非参加して下さい。

ご希望の法被のサイズを教えてください。

サイズ	身長	身幅	身丈
A	~ 100c	40	55
B	100cm ~ 120cm	46	61
C	120cm ~ 140cm	48	67
D	M	60	76
E	L	65	80

「法被」申し込み用紙

住所 _____ 丁目 _____ お名前 _____

TEL _____

法被の希望枚数 _____ 枚 サイズ _____

7月19日(木)までに、コミュニティ事務局に上の申し込み用紙を提出するか、電話で事務局に申し込んで下さい。
コミュニティ事務局……23-9008 (月~土 9:00~17:00)

7月22日(日)10:00に、事務局で法被をお渡しします。ご都合の悪い方は、ご自宅にお届けします。

熱中症に注意！

この街に来てよかった!



会報 No.186号 - H30,06,24

美奈宜の杜地区
社会福祉協議会
コミュニティ協議会健康福祉部会

熱中症というと、炎天下の作業やスポーツなどで起こるものと思いませんか？決してそうではありません。

湿度の高い室内でも熱中症にかかります。

四肢の痙攣、頭痛、めまい、吐き気、このような症状に気づいたら、まずはエアコンをつけて室内の温度を下げましょう。次に水分を補給しましょう。ここで大切なのは塩分と糖分の補給です。水だけを飲むと、血液中の塩分濃度が低下して強い痙攣を引き起こす危険があります。スポーツドリンクを常備しておきましょう。スポーツドリンクは体力の回復に効果的です。



緑の溪谷を歩きませんか！

トレッキングサークルからのお誘いです。

日時：7月5日(木) 8:00 センターをバスで出発
(16:00~17:00 帰着予定、悪天候の場合は7月12日に変更)

行き先：菊池溪谷

(菊池溪谷は、阿蘇外輪山の北西部、標高500m~800mに位置する“憩いの森”です。一帯は天然広葉樹林で覆われ、その間を縫って流れる溪流は、さまざまな瀬と淵と滝を作り出しています。)

体力度：1.0 危険度：1.0

経路：センター ~ 植木IC ~ 菊池溪谷入口 ~ 平山温泉

~七城メロンドーム~南関IC (行動時間：約2時間)

交通費：全経費を参加者で均等分担(当日徴収します)

参加希望者は、6月26日(火)までに事務局(23-9008)へ電話で申し込んで下さい。

責任者……7丁目 大川内