

# 8月 出東地区 行事予定


令和4年7月20日発行：出東コミュニティセンター企画広報部

月	火	水	木	金	土	日
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
		●夏休み子ども企画① 鉄道を学ぼう	●自治協会理事	埋立ごみ 飲料用空缶	●人権自治会研修 15振興区 リサイクル ステーション	●人権自治会研修 8振興区 リサイクル ステーション
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
			山の日	ペットボトル	リサイクル ステーション	リサイクル ステーション
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
			●夏休み子ども企画② 飛行機を作って 飛ばそう	★文書配布 破碎ごみ	●人権自治会研修 10振興区の一部 ●スマホ教室 リサイクルステーション	●人権自治会研修 12振興区 リサイクル ステーション
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
			●出東小始業式 ●東中始業式	空きびん	●人権自治会研修 2振興区 ●スマホ教室 リサイクルステーション	リサイクル ステーション
29日	30日	31日	◆貸館・施設使用についてのお願い 部屋の使用後は、モップをかけ設置している消毒液で、机、椅子等を拭いてください。また各自ゴミは持ち帰ってください。みなさんのコミュニティセンターを気持ちよく利用できるようお願いいたします。			
◆新型コロナウィルスの感染状況によっては、急遽中止・変更することがあります。ご了承をお願いします。 ◆リサイクルステーションは、古新聞・チラシ・本・雑誌・アルミ缶・廃油・段ボール・古着を回収します。 (オープン 8時30分～17時) ※13日(土)・14日(日)も開設しています。 ◆コミュニティセンターは通常通り13日(土)・14日(日)は休館、15日(月)は開館します。						

サークルさん  
いらっしゃ～い

**やらこい3B☆**  
運動が苦手な方でも大丈夫

3B体操って聞きなれない言葉かもしれませんが、ボール、ベル、ベルターという用具を使用する健康体操で、誰でも気軽にそして無理なく楽しめる体操です。「体を動かしたいけど激しい運動は…」という方、一度ご体験ください。毎月第1と第3金曜日の19時30分～20時30分にコミセン研修室で活動しています。月謝は1000円。まずはお気軽に無料体験にお越しください。見学だけでもOK。「みんなで楽しくやらこい！」

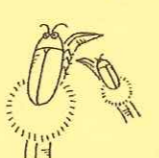


◇ホテルを見つけたら教えてください

水辺環境の指標とも言われるホテル、近年この辺りでも見かけることが少なくなりました。出雲市では、環境への関心を高め、環境の維持・改善につながる取組みの一環として「ホテルの生息状況」について調査しています。今年、出東地区でホテルを見かけた方は、日時、場所などコミュニティセンターまでお知らせください。目撃情報をお待ちしています！◆調査期間:8月31日(水)まで

ご寄付お礼 (出東地区自治協会へ)  
香典返し 金一封 古川 幹夫 様 (上黒目)

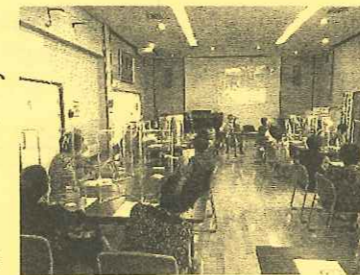
ご厚志誠にありがとうございました



## ●出東ふれあいサロン

そげそげ、あの頃はこげだったかね

5月12日(木)と25日(水)のサロンは、出雲市民病院の鈴木正典先生に「思い出ばなしは、元気のもと」と題し、昔の懐かしい写真や音楽を見聴きしながら、昔の経験や思い出話をしていただき楽しみました。思い出話や苦勞話、自慢話をすると心がスッキリするばかりか、自分に誇りを持てるようになり、人との交流にも積極的に参加できるようになるという話を聞き、参加した皆さんはいつもに増して会話が弾んでいたようでした。



## 省エネのワザに興味津々



6月2日(木)、22日(水)のサロンは、中国電力(株)島根原子力本部地域共生部の小村さんに省エネについて

話を聞きました。数字を目で追い目を鍛えるトレーニングをして会場の雰囲気が和んだ後、家庭でできる省エネについて皆で考えました。誰でも簡単なアイデアで省エネができる工夫の話にみなさん興味津々の様子。終わりに1班は健康づくり推進員さんに、2班は佐野あつ子さんによる軽い体操を行い、身体と心をリフレッシュしていました。

8月のふれあいサロンはお休みです。次回9月元気にまたお会いしましょう。

◆出東ふれあいサロンでは随時会員を募集しています。無料送迎。多くの方のご参加お待ちしております。

## 8月・9月の行事予定

- 8月3日(土) 夏休み子ども企画①～鉄道を学ぼう～
- 8月18日(木) 夏休み子ども企画②～飛行機の飛ばしくみ～
- 8月20日(土)・27日(土) スマートフォン教室(入門編②③)
- 9月1日(木)・28日(水) ふれあいサロン
- 9月10日(土)・24日(土) スマートフォン教室(基本編④⑤) 途中参加可能です。問い合わせはコミセンまで。
- 9月16日(金) 視察研修～食を学ぼう～ 詳しくは、今月配布のチラシをご覧ください。
- 9月29日(木) 環境視察研修～新エネセン他見学～ 詳しくは、来月配布のチラシでご案内します。

## ●デイサービスセンターの垣根を剪定

6月11日(土)、出東社会福祉協議会の奉仕活動として、出東デイサービスセンターの垣根の剪定と敷地内の草取りが行われました。毎年草木が伸びるこの時期に合わせて高齢者福祉事業の一環として行っているもので、今年も



民生委員・児童委員とデイサービスセンター職員の約20人が参加。暑さの中、汗をぬぐいながらおよそ2時間をかけ作業が行われました。上野センター



長から「毎年施設のまわりをきれいにさせていただき、とても感謝しています」とお礼の言葉がかけられました。