

@こもち

子持地区人口・世帯数（6月末）

男……5,242人(-10)

女……5,403人(-21)

計……10,645人(-31)

世帯数……4,650世帯(-9)

() 内前月比



発行・編集：渋川市子持公民館 TEL (22) 7780 FAX (24) 8204 カラー版はこちらから→

子持地区 スポレク祭



—開催のお知らせ—

日時：10月12日(日) 午前8:30~

場所：子持中学校校庭

申込み：9月26日(金)まで

※自治会ごとに期日が異なりますので、詳しくは各自治会までご確認ください。



プログラム

- ① 開会式
- ② ラジオ体操
- ③ フォーランナース (スポ少種目)
- ④ スプーン競技
- ⑤ ハイ玉入れ
- ⑥ 玉入れ
- ⑦ ペンギン競争
- ⑧ お菓子取り走
- ⑨ 風船割り
- ⑩ じゃんけんボン!
- ⑪ 閉会式



主催・主管

【主催】

渋川市・渋川市教育委員会

【主管】

渋川市スポーツ協会子持支部

協賛物品等募集

●子持地区スポレク祭では、ご協賛いただける企業等を募集しています。協賛物品(1口 3,000円以上)はスポレク祭の賞品等に活用させていただく予定です。ご協賛いただいた場合、当日プログラム等に社名・商標を掲載いたしますので、ご協賛いただける方は、子持公民館までご連絡ください!

熱中症

に気をつけましょう!

重要

予防のための5つのポイント

気温が高くなり、熱中症にかかるリスクが高くなっています!
熱中症について正しい知識を身につけ、熱中症による健康被害を防ぎましょう!

- こまめな水分・塩分の補給
- 涼しい服装と日傘・帽子の使用
- 扇風機・エアコンの上手な利用
- バランスのよい食事と十分な睡眠
- 冷たいタオルや保冷剤の活用

○俳句一水会 七月句会より

手のひらに包みし光初ほたる

青木 和子(中組)

くりかえし羽ばたくつばめ巢立つ朝

小野 浩子(小野上)

夏の夕虹の掛け橋いつ迄も

深谷 かつ美(吹屋二)

草原にゆれる夕菅里あかり

横山 征夫(鯉沢二)

もう一度行きたし寺の夏椿

佐藤 八重子(吹屋二)

夏至ひと日持て余したる齡人

小沢 秀子(田尻)

○短歌 九月会 七月例会より

暑き日の続きて友は四時に起き

畑のジャガイモ一人で掘ったと

藤井 エイ(鯉二)

花愛でる暇もなくて我がぐるり

緑まぶしき初夏の色

諸田 秋子(吹原二)

健康に笑って過ごせる八十路坂

まい日願う朝の始まり

石坂 美保子(日出島)

梅雨明けを待つてながめる低い空

雲の流れを後押しししつ

桐渕 のぶ子(白下)

梅雨入りせしもカラカラ天気つづきたり

空見上げつつ雨乞いをする

小菅 初美(中郷)

読書のおすすめ

図書室のご案内



「好き」を言語化する技術

三宅 香帆 著

「どうせそろそろ死ぬんだし」

香坂 鮎 著

「人生劇場」

桜木 紫乃 著

「るるぶ東京、26」

JTBパブリッシング

「珈琲怪談」

恩田 陸 著

☆児童☆

「とびきりおいしい おうちごはん」

野村 友里 作

「コングラガッチ みちなきみちをすすめ!の本」

ユーフラテス 作

「サンリオキャラクターズひみつずかん」

小学館

「わらって、考える!イグ・ノーベル賞ずかん」

ほるぷ出版

「ピカチュウとうみのたからさがし」

まつおりかこ 作

【8月の図書室のお休み】 4日(月)・12日(火)・18日(月)・25日(月)・28日(木)

8月・9月の子育てサロンこもち

とき 8/5(火) 10:00~ 夏祭り
9/2(火) 10:00~ お茶会

ところ 子持公民館

対象 0歳~未就学児と保護者

問合せ 地域包括ケア課 電話22-2250

天候や感染症の発生状況、会場の都合等により中止となる場合がありますのであらかじめご了承ください。



シニア筋力ぐんぐん教室

ところ 8/12(火) 子持公民館
8/27(水) 子持社会体育館
9/9(火) 子持公民館

とき 9:30~11:00
対象 おおむね65歳以上の市民
参加 当日会場へ(申込不要・参加無料)
持ち物 飲み物・室内用運動靴・動きやすい服装

*天候や感染症の発生状況、会場の都合等により中止となる場合があります。

問合せ 介護保険課 電話22-2116

