

# 蒲生地区公民館だより



**体育会からのお知らせ**  
 お盆に開催しています恒例の地区球技大会は、「中止」いたします。楽しみにお待ちください。皆様には、大変申し訳ございません。

**楽集ネット健康講座**  
 岩美病院と各地区公民館をテレビネットワークつないだ健康講座です。8月の講座内容は、岩美病院の内科 医 池田紗矢先生から聴く、「脳梗塞について」です。  
 \*前半に開催する講座延長に伴い、やむを得ず中止する場合があります。視聴希望の方は事前に申し込みをお願いします。



※ふたつの講座を合体させていますが、どちらかというだけの参加もOKです。気軽に参加ください。

## 「家で作ろう苔玉プチ講座」

蒲生地区公民館事業 ミニ活動・プチ講座

苔は四季を通じて緑を保ち、家の周りや庭、道端や野山のどこでもたくさん種類を見ることが出来ます。自分で丁寧につったかわいい苔玉を育ててみませんか。今回は苔玉の作り方と育て方のプチ講座です。



**開催日** 8月7日(水)  
**会場** 「一寸法師の館」  
**時間** 午後1時30分～  
 参加費は100円です。先着10人とさせていただきます。  
 8月4日(日)までに、一寸法師の館 76-0636へお申し込みください。

# ヨガ教室

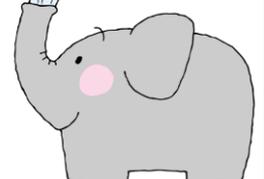
- 日時** 8月10日(土) 10:00～11:00頃まで
- 会場** 一寸法師の館
- 持ち物** ヨガマット or 大きめなバスタオル、運動できる服装、飲み物、タオル
- 申込み** 8月8日(木)までに一寸法師の館へ
- 参加費** 無料

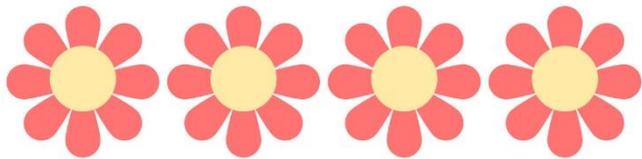
講師は  
 山下綾乃さん



経験者は元より、初心者の方も大歓迎です

今年の運動会は、  
 10月6日(日)に開催予定です。  
 競技内容が決まり次第、区長さんからお知らせがあります。



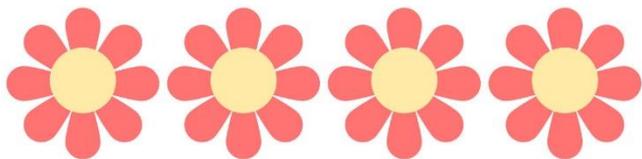


- 集合時間 午後1時20分小雨決行
- ところ 一寸法師の館周辺
- 内容 魚のつかみ取りとゲーム  
\*天候による内容変更もあります。
- 持ち物 帽子、水筒、水着、着替え、タオル、ビーチサンダル
- ◎ 暑い時です。水分補給をお忘れなく。
- ◎ 閉会時刻は午後4時30分頃の予定です。

「問い合わせ」蒲生地区公民館 ☎ 76-0636

### 野外活動は

8月4日(日)開催です



AED 製造会社の日本光電から講師を迎え、「まさかに備える AED 講座」を7月10日に開催しました。AED 使用方法の話を聞いたあと、練習用人形を使って心肺蘇生のやり方を参加者全員で実習しました。

「AED を使った心肺蘇生は初めてだったのでとても勉強になりました」

「以前に講習を受けた時より AED が使いやすくなっていたのに驚きました」

「また来年も講習会をしてください、きっと1年たつと忘れちゃいますから」

資料のおもてに『私たちの行動で救える命があります』と書かれています。改めて講習の大切さを感じた1日でした。



心肺蘇生は3人以上のチームワークで行うこともわかりました。



団体戦優勝は、  
法正寺チーム

地区グラウンドゴルフ大会を  
7月7日に開催しました

梅雨晴れのもと、第18回地区グラウンドゴルフ大会を開催しました。今年は5年ぶりに9集落対抗の団体戦も行うことができました。

「ごっつい暑いな〜、熱中症にならんようにせんといけんあ」「久しぶりに出てきたけど、楽しかったで」「飴やお茶やしそジュースや木陰のおかげで頑張れたで」「ホールインワンをねらったけどなかなか入らんだが」朝から気温がぐんぐん上がる中、笑顔いっぱい、元気いっぱい、笑い声いっぱい、ため息いっぱいの賑やかな会となりました。

団体戦は9チームとも接戦を繰り広げられ、優勝は法正寺チーム、準優勝は塩谷チーム、3位は蒲生チームでした。個人戦を制したのは、ホールインワンを3回だされた銀山の福田靖志さん、準優勝は阪本武さん(法正寺)、3位は山添満喜子さん(法正寺)でした。

猛暑の中たくさんの方にご参加いただき、ありがとうございました。

個人戦優勝の福田靖志さん



3回もホールインワンがでて、自分でもびっくりしました。いろいろな方と話もできて優勝もして、楽しい会でした。