



公民館報 ほんじょう

令和4年8月1日

NO 382号



本庄地区公民館

674-3302



暑さ厳しき近柄
皆様にはお変わりありませんでしょうか
お体に気をつけて健やかに過ごしてくださいませよう
お祈り申し上げます

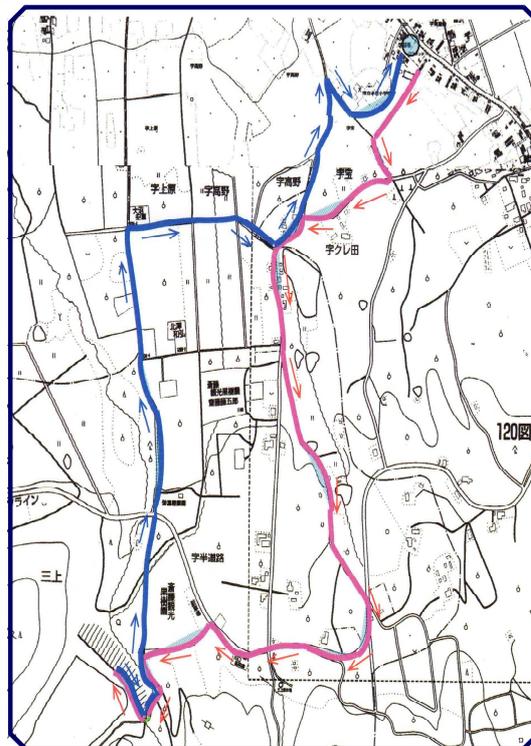
暑中お見舞い申し上げます

明るいやまがた夏の安全県民運動 令和4年7月21日～8月20日

- ◆ 青少年の健全育成といじめ・非行及び犯罪被害防止
- ◆ 子どもと高齢者の交通事故防止・飲酒運転の撲滅
- ◆ 海・山・川での事故防止
- ◆ 身近な犯罪等の防止
- ◆ 横断しようとする歩行者がいる時は止まりましょう

上山市クアオルト毎日ウォーキング 「本庄地区クアの道」

7月25日（月）蔵王テラポイント協会ウォーキングガイド（押野さん・木村さん・菅原さん）を含め、23名の参加者が松沢コースをウォーキングしました。蓮の花を眺めながら、松沢堤に吹き渡る風がすごく心地よく、蔵王の山頂に雲がかかっていましたがとても素敵な眺めでした。ヤッホーポイントでは、蔵王の山々に向かって、思い思いにストレス発散できリラックス効果抜群でした。涼しい木陰をさがしストレッチ体操をゆっくりと時間をかけておこないました。参加された皆さん、ムシムシで大変でしたがお疲れさまでした。



桜桃の会

一日研修【村山市へ】

7月4日（月）村山市の東沢バラ公園に行きました。色とりどりのバラが園内に甘い香りを漂わせていました。広さ約7ヘクタールに約750品種、2万株が植えられており、見応えがありとても素敵でした。昼食はどこか懐かしい里山の風景を眺めながら、郷土料理と旬の素材を使った料理と松田さんの暖かいおもてなしに心も大満足でした。北方探検の先駆者 最上徳内記念館では、ビデオを見てから結城さんの説明を聞きながら館内を見学してきました。とても分かりやすく丁寧に説明して頂きました。



桜桃の会【健美操】

7月22日（金）開催



インスト楽ター 小野淳子先生のご指導で、お楽しみの体操教室が開催されました。その人に合った運動法を教えて頂きながら、ゆっくりと時間をかけてほぐしていきました。最後にお尻に挟んで【一万円】の合言葉を忘れずに、継続は美しさを保つ力です。暑い夏を元気に乗り切り、また来年会いましょうと約束して終了しました。

一般講座「施設見学」

7月15日（金）開催

朝からあいにくの雨降りでしたが、尾花沢市・最上町方面に行って来ました。最初にハンドグラヴィールに挑戦してきました。ダイヤの付いた電動ペンで好きなガラスの材料を選び、イラストや文字を書いて彫刻して素敵な作品ができました。昼食後、旧有路家住宅封人の家を見学。中鉢さんの詳しい解説を、昔懐かしい囲炉裏を囲み真剣な眼差しで聞き入っていました。実際に松尾芭蕉の詠んだ句が目浮かびとても感動しました。



街道くらぶ

7月19日(火)《体験講座》

笹野一刀彫り絵付けに挑戦

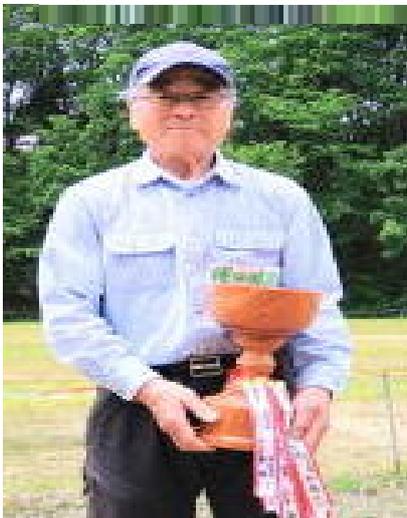
米沢市に古くから伝わる伝統工芸品「おたかぼっぼ」の絵付け体験をしました。講師に「おたか三兄弟」佐藤和寛氏・小山泰弘氏をお迎えして開催しました。分かりやすく説明・解説をして頂き、筆を使って黒一色で絵付けに挑戦しました。素敵で個性豊かな本格的な作品が完成。出来上がった作品はお守り・魔除け・縁起物なので飾っておいてください。最後に《サルキリ》と呼ばれる刃物で、実演して頂き見事な手さばきに瞬きを忘れるほどでした。



マスクを外し、皆んなで記念写真！



第5回地域交流グラウンド・ゴルフ大会



6月5日(日)に、【三宿(二井宿・旧湯原・本庄)】の子供からお年寄りまでが一堂に集いスポーツを通して交流会をしてきました。参加人数総勢49名で本庄からは10名が参加しました。旧湯原小中学校グラウンドで開催され、とても優秀な成績を飾ることができました。参加された皆さん大変お疲れ様でした。

【結果は】

《優勝(第1位) 須田勝男さん》

おめでとうございます。

行事のお知らせ



- 2日（火）地区会長会定例会【午後】
 - 4日（木）わんぱく広場「一日研修」（蔵王坊平周辺散策）
 - 23日（火）女性学級桜桃の会「手芸教室」
 - 28日（日）【三宿交流事業】第34回わらじで歩こう七ヶ宿
- *4日（木）公民館事業のため、留守になります。

●状況により中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。

河川一斉清掃

7月17日（日）開催



各地区の皆様から早朝よりご協力をいただき、大変きれいになりました。有り難うございました。これからもマナーを守り、景観の良い本庄にしましょう。



第34回羽州街道飛脚駅伝大会 開催中止について

新型コロナウイルスの感染は、現在第7波で感染力が強いと言われており、今後の感染拡大が懸念されています。このような状況の中で、飛脚駅伝大会の主催者である「本庄郷ふるさとづくり協議会」において開催の可否について議論した結果、昨年に引き続き本年も中止せざるを得ないとの結論に至りました。中止するのは誠に残念ではありますが、ご理解とご協力のほど宜しくお願いいたします。



新型コロナウイルス感染防止をしながら熱中症も気をつけましょう!

熱中症予防 × コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に!

【マスク着用により、熱中症のリスクが高まります】

熱中症を防ぐために **マスクをはずしましょう**

屋外で **人と2m以上離れている時**

十分な距離

（マスク着用時は）

新しい運動は避けましょう
のどが潤いていなくても **こまめに水分補給をしましょう**

気温・湿度が高い時は **特に注意をしましょう**

暑さを避けましょう

深い服装、日傘・帽子
少しでも体感が悪くなったら、涼しい場所へ移動
涼しい室内に入れない場合は、外出を自粛

のどが潤いていなくても **こまめに水分補給をしましょう**

1日あたり **2.5リットルを目安に**
（約5回程度）こまめに水分補給をしましょう

暑い時期は、人混みや大規模な集まり、屋外での長時間の活動、長時間のドライブ、長時間の運転を避け、熱中症のリスクを減らしましょう

エアコン使用中も **こまめに換気をしましょう**

1日1回程度、窓を開けて換気を行い、室温を28℃以下に保ちましょう

暑さに耐えた体づくりと **日頃から体調管理をしましょう**

暑さに慣らさず、暑くない時期から、無理のない範囲で運動に挑戦し、心臓・血管に余裕をつくり、暑さに耐えられる体づくりをしましょう

知っておきたい **熱中症に関する大切なこと**

熱中症予防のポイント見直しは **熱中症予防行動の徹底を!**

熱中症による死亡の約8割が高齢者

高齢者の熱中症は **年齢以上の発症**

高齢者の方は、熱中症になりやすいので十分に注意をしましょう。周囲の方から積極的な声かけをお願いします。