

# はばたき



## ひまわりも太陽に向かって背伸びです

いよいよ夏本番、朝、太陽に向かって両手を上にあげ、大きく背伸びをし、太陽の光を全身に浴びて、「さあ、今日も頑張ろう」と気合を入れます。この何気ない動作が、夏の睡眠に大きく影響し良く眠れるそうです。エアコンの冷たい空気も気持ち良いですが、自然の中の木陰は、ゆるやかな優しい風を感じ気持ちの良いものです。子どもたちは夏休み、呉竹地域総合センターにも賑やかな声が飛び交っております。水分補給をしっかりと心がけて、熱中症対策もしっかり行なって、この夏を乗り切りたいと思います。

### 8月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 フィットネス・フラ 学習支援教室	2 太極拳教室 囲碁	3 子育て広場
4	5 コグニサイズ	6 デイサービス 囲碁 学習支援教室	7	8 学習支援教室	9 太極拳教室 囲碁	10
11 山の日	12 振替休日	13 囲碁	14	15	16	17 子育て広場
18	19 コグニサイズ	20 デイサービス 囲碁 学習支援教室	21	22 学習支援教室	23 太極拳教室 中3合宿	24 中3合宿
25	26 コグニサイズ	27 囲碁 学習支援教室	28	29 フィットネス・フラ 学習支援教室	30 太極拳教室 囲碁	31 子育て広場

#### 【自主活動学級】

甲良西小学校の子どもたちを対象にした、年間を通した活動です。仲間とのつながりを深め、人権意識を高めることを目的として、工作活動や学習、運動遊びなどを行っています。

つくし学級：1・2年生対象

はばたき学級：3・4年生対象

のびよう会：5・6年生対象

#### 【学習支援教室】

甲良中学校1～3年生（甲良西小学区在住生徒）を対象とした、進路実現のための力をつける学習教室です。

#### 【子育て広場】

4歳児、5歳児、1年生の子どもたちの学力向上支援とその保護者支援を行う町教育委員会主催の事業です。



## 小さな困りごと悩みごと、大きな悩みごと 困りごと、少し話してみませんか？

人は誰でも、心の中に悩みや苦しみを抱えているものです。

しかし、その悩みを人に話したり相談したりすることをためらいがちです。小さな心の扉を少し開けて話してみませんか？ そして悩みを話すことで心が楽になることもあるはず。

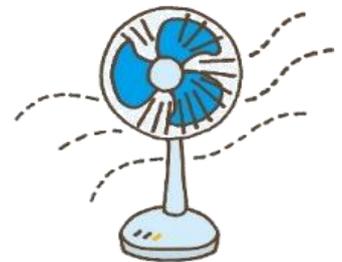
一人で抱え込むには重たすぎることも、一緒に考えて良い方法を見つけ、その重さを軽くしてみませんか？

先ず一歩を踏み出す勇気を持ってください。さあ、呉竹センターのドアをトントンとノックしてください。

呉竹地域総合センター 0749-25-1736

### 夏本番、熱中症に気を付けよう！

熱中症とは暑い環境で体温の調整が出来なくなった状態。めまいや吐き気、頭痛、失神など、様々な症状をきたし最悪の場合は死に至る疾患です。誰でもなる可能性があり、運動中だけでなく、室内でも起こります。また喉が渴いてからではなく、喉が渴く前にしっかり水分を取りましょう。日頃からの熱中症対策をお願いします。



### もし、熱中症かなと思ったら・・・

- ① 涼しい場所へ移動、体を冷やして体温を下げましょう！
- ② 塩分や水分を補給しましょう！
- ③ すぐに医療機関へ相談、症状によっては救急車を呼びましょう！

### 使い捨てガスライターのお知らせ

最近、ガスの残ったままの使い捨てガスライターを呉竹センターに持って来られる方がおられますが、そのまま燃えるゴミで出すと、ガスに引火して爆発するなど大変危険です。

なので、必ずガス抜きをしてください。ガス抜きされた使い捨てガスライターは呉竹地域総合センターでもお預かりします。



発行／呉竹地域総合センター 『はばたきの館』  
〒522-0241 滋賀県犬上郡甲良町大字呉竹168番地  
TEL.0749-25-1736 (FAX.25-2044)

