



月	火	水	木	金	土	日
				5	6	7
<p>梅雨が明け、本格的に暑い夏の季節に。 海開き・山開きがあり海水浴客や登山客で賑わう。 多くの子どもたちが夏休みに入り、夏の行楽シーズンが始まる。 土用の丑の日（24日）にはウナギを食べて体力回復を。</p>		<p>旬も食べよう</p> <p>野菜：ピーマン・サヤインゲン・ミョウガ 果物：スイカ・パイナップル・マンゴー 旬魚：ウナギ・カンパチ・スズキ・マダコ</p>		<p>こ：七夕の集い 小：もこもこの会・喫煙・薬物乱用防止教室 中：漢字検定・SC/生徒指導サポート来校</p> <p>穴子の日 カラオケサークル</p>	<p>防災講演会10：00- 民児協定例会13：30- 小：PTA奉仕作業</p> <p>サラダ記念日 生花教室</p>	<p>休館日 中：英語検定2次・県大会（野球・体操）</p> <p>七夕 </p>
8	9	10	11	12	13	14
<p>こ：お話し会・プール開き 小：ICT来校 中：希望の翼コンサート</p> <p>チキン南蛮の日 </p>	<p>シェイクアウトいしかわ11：00- こ：もぐもぐお料理教室 小：SC/ALT来校 中：スマイルサポート・SC来校</p> <p>クレープの日 </p>	<p>こ：安全教室 小：クラブ活動・ピュアキッズスクール</p> <p>納豆の日 太鼓サークル</p>	<p>こ：避難訓練 小：本とも号・ALT来校</p> <p>ラーメンの日 ビートコアウォーキング</p>	<p>小：もこもこの会 中：SC来校</p> <p>豆腐の日 カラオケサークル</p>	<p>休館日 こ：園内ちびっこカーニバル 中：県大会（水泳・サッカー・野球・バレー・ソフトテニス・バド・柔道）通信陸上</p> <p>もつ鍋の日 通信陸上</p>	<p>休館日 中：県大会（水泳・サッカー・野球・バレー・ソフトテニス・バド・柔道）通信陸上</p> <p>ゼリーの日 </p>
15	16	17	18	19	20	21
<p>海の日 中：県大会（サッカー・ソフトテニス）</p> <p>マンゴーの日 健康マージャン</p>	<p>小：安全点検日・SC/ALT来校</p> <p>鮎の日 大正琴サークル</p>	<p>カフェひがしみなと10：00- こ：kaoからだ・シャンプー講座 中：通知表渡し</p> <p>マドレーヌの日 </p>	<p>こ：街を美しく支隊 小：ALT来校・PTA実行委員会 中：通知表渡し</p> <p>ホタテの日 ビートコアウォーキング</p>	<p>こ：たまごっこクラブ・身体計測 小：終業式・大掃除 中：終業式・お掃除・通知表渡し</p> <p>桃の日 カラオケサークル</p>	<p>中：県大会（卓球）</p> <p>ハンバーガーの日 生花教室</p>	<p>休館日 小：夏季休業 中：県大会（卓球）県吹奏楽コンクール</p> <p>漬物の日 </p>
22	23	24	25	26	27	28
<p>ナッツの日 </p>	<p>こ：なつまつりデイ 小：あゆみ渡し・個人面談</p> <p>ブルーンの日 </p>	<p>絵画教室13：30-※裏面 こ：なつまつりデイ </p> <p>土用の丑の日 太鼓サークル</p>	<p>こ：キッズトレーニング</p> <p>かき氷の日 ビートコアウォーキング</p>	<p>こ：お茶の会・森のカフェ</p> <p>ブルーンの日 カラオケサークル</p>	<p>楽しく健康アップ9：30-※裏面</p> <p>スイカの日 </p>	<p>菜っ葉の日 健康マージャン</p>
29	30	31	8/1	2	<p>暑中対策にオススメ!</p> <p>ビタミンC 赤ピーマンなどカラフルな野菜 ビタミンB1 玄米・モロヘイヤ・豚肉など クエン酸 梅干し・レモン・酢 </p>	
<p>こ：くもくん教室・避難訓練</p> <p>白だしの日 </p>	<p>こ：ハロー☆ハローデイ</p> <p>梅干しの日 </p>	<p>絵画教室13：30-※裏面 こ：誕生会 </p> <p>そばの日 太鼓サークル</p>	<p>パイナップルの日 </p>	<p>カレーうどんの日 </p>		

元旦の発災から半年が経ちました。各種申請などはお済ですか？

震災に関する「総合支援窓口」

場所:パトリア4階多目的ホール

時間:午前9時~午後5時(土・日、祝日含む)

義援金(特別給付分)の申請は済みましたか？

■支給額

5万円/人

■申請期間

当面の間(少なくとも8月末までは受け付けます)



お元気ですか？ あなたの町の民生委員です！

東湊地区社会福祉協議会・東湊地区民生児童委員協議会



75歳以上の高齢者宅訪問

高齢者の方に熱中症を予防していただき、この暑い夏を無事に過ごしてもらえるように、民生児童委員及び地域福祉推進員が75歳以上の高齢者がいるお宅を訪ね、塩飴をお届けします。



運動しませんか？ ぜひ、ご参加ください！

東湊地区健康まちづくり推進連絡会

楽しく健康アップ

日時: 令和6年7月27日(土)

受付: 9時15分~

開始: 9時30分~11時

場所: 東湊地区コミュニティセンター

内容: 楽しく手軽な運動

講師: 宮西 好子先生(健康運動指導士)



カフェひがしみなど



開催日: 7月17日(水)

時間: 10時~11時30分

場所: 東湊地区コミュニティセンター

参加費: 無料(予約などは不要です)

カフェひがしみなどは...

お茶を飲んでおしゃべりしたり、時には先生を招いて何かを作ったりと楽しく時間を過ごし、みなさんの憩いの場になることを目的としています。



子ども絵画教室

夏休み



学校の応募作品や絵が好きなお子さん、絵を描くのが苦手な子どもこの機会にぜひ♪

開催日: 7月24日・31日(水) 全2回の教室になります

時間: 13時30分~2時間程度

申込: 東湊地区コミュニティセンター 52-5319

参加費: 無料



講師 加地 求 先生

洋画団体一水会 会員 (一財)石川県美術文化協会 会員 七尾市文化協会 常任理事 加地絵画教室 主宰



優しい物腰で子供達にもゆったりとした雰囲気の中での教室の開催になります。この機会にぜひ先生の指導を受けてみませんか。お申込お待ちしております♪

暑い日が続きます...

熱中症対策



いつでもどこでもだれでも条件次第で熱中症にかかる危険性がありますが、熱中症は正しい予防法を知り、普段から気を付けることで防ぐことができます。

例えば、初夏や梅雨明けなど体が暑さに慣れていないのに気温が上昇するときは特に危険です。無理せず徐々に体を慣らすようにしましょう。

注意



食中毒予防 3原則

1 清潔



付けない

2 迅速



増やさない

3 加熱



やっつける

事業報告

初夏のものづくり講座



グラウンドゴルフ大会



優勝 佐藤 節子(佐味)

優勝 石田 均(万行)

3位 三野 哲弘(報国)

