

多世代で集う地域交流スペース ミクスチャーハウスえんだより

2021
8

オリンピック、スタート

暑い日が続きます、これからが夏本番。くれぐれもご自愛ください。ワクチン接種も希望の方は2回済まされたことと思います。さて、オリンピックが始まりました。直前までケチのついた開会式でしたが、競技が始まって選手の皆さんからは、「この舞台を作ってくれたことに感謝する」という発言を聞きました。東京オリンピックに向かって努力を積み重ねてきた選手の皆さんにとって中止は一生心の痛みになったことでしょう。また、ベテランが思いがけない形で敗退するなどしましたが、その後はゴールドラッシュ。アスリートの皆さんの健闘を祈ります。私と云えば、ワクチン接種2回、先日終わりました。摂取した病院で、大腸検査を勧められ、人生初めて大腸検査をしました^^
前日から順調に準備ができ、検査もスムーズに終わり、異常はありませんでした。いろいろ無事に終わってほっとしています。



熱中症に注意

大分市のホームページに「熱中症」の情報が 있습니다。暑さ指数とは気温・湿度・輻射熱の3要素を用いて算出された指標のこと。7月27日午後3時は指数34度で「危険」レベルでした。

予防する対策の一つに「十分な睡眠とバランスのとれた食事、適度な運動をし、基礎体力と体温調節機能を高める」とあります。お一人暮らしの高齢者の暮らしが気になります。体温調節機能が低下していたり、喉の渇きを感じなかったり、エアコンを使えなかったりする方をしばしば見受けます。のどが渇かずとも水分補給をしたり、部屋の温度をこまめに測ったりしましょう。

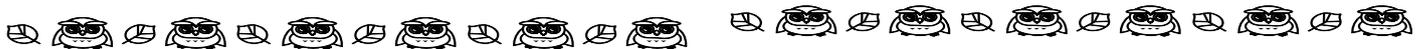
お知らせ

8月は暑さを避け、音楽は1回、書道はお休みにしますが、以下の臨時教室を開催します。

「大人の塗り絵」教室

8月19日(木) 10:00~

※塗り絵の冊子(模様・花)・色鉛筆を用意していますが、色鉛筆をお持ちの方はご持参ください。



ホッと一息

~フレンチフライの専門店「AND THE FRIET」~

テレビで期間限定の出店を観て、アミュフラザで買い求めました。カロリーがあるので、私たち年配にはお勧めできません。😊いろいろな味があって、ついつい種類を買ってしまいます。若い人へのお土産にいかがでしょう。



みなさんが楽しく集い、お元気でられますように・・・

ミクスチャーハウスえんでは、地域交流スペースを設け、会員制による中高年の仲間づくり・生きがいづくりの場をご提供します。行政の枠を超えて、子どもさんから高齢者まで利用できるように考えています。スタッフ共々お待ちしております。どうぞご利用ください。

2021

8月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ◎健康麻雀②	4 ◎健康麻雀③	5 ●健康体操	6	7
8	9	10 ◎健康麻雀②	11 ◎健康麻雀③	12 ●健康体操	13	14
15	16	17 ◎健康麻雀②	18 ◎健康麻雀③	19 ○ぬりえ教室	20	21
22	23 □音楽 「花育」	24 ◎健康麻雀②	25 ◎健康麻雀③	26 ●健康体操	27	28
29	30	31				

○ぬりえ(10:00~11:30) ◎健康麻雀②(13:00~16:00) □音楽(10:45~11:45)
●健康体操(10:00~11:30) ◎健康麻雀③(13:00~16:00) 「花育」13:30~14:00

INFORMATIONS

『会員になってサークルに参加しませんか?』

対象者：大人ならどなたでも。地域も問いません。
お一人で来られる方。

会費：月々1,000円(小学生は会費無料)ま
めて年会費納入で¥10,000
入会金：1,000円

※講座によっては別途費用がかかる場合もあります。ご確認ください。



『スマイルゆいと地域づくり』

募集中・・・

“えん”では金曜日午後の麻雀教室生を募集しております。
また、各種講座の指導者も募集しています。
「楽器の指導」「絵手紙」など、腕に覚えのある方、ぜひご参加下さい。



お問い合わせ・主催

大分市敷戸西町1-3 有限会社 スマイルゆい (古村まで)

TEL : 090-7396-2632 FAX : 097-504-7848

E-mail : furumura@wonder.ocn.ne.jp

