## 「やさしいヨガ」実施しています

生涯学習スポーツ部会

久方ぶりの且見先生のヨガ教室。 「はいゆっくり鼻から息を吸って~~」 「はい吸った息をゆっくり口から吐いて~~」 「ポーズは、できる範囲で無理をしないでね~~」と 思わず寝落ちしそうな優しい声が室内に響く。





無理はしたくても全くポーズがとれていない私でも、60分で全身がポカポカほっこり。これからもできる限 り参加して、健康で怪我のない体づくりを目指していこう!地域の皆さんとお話しできるのも楽しみです。

## 

#### 【 おたまじゃくしみ~つけた! 】

保育園周辺の田んぼ道を散歩していると、おたまじゃくしが泳いでいるのを発見!保育士が子ども達に 知らせると、「ほんとや!おった!早くとって!」と大興奮。「おたまちゃんしっぽ長~い」と言いながら友達 同士で頭を突き合わせて見たり、保育士と一緒に『順番こ』で見たりしていました。1 歳児の子はじっと見つ めて指差しをしていました。「これは何だろう??」と考えていたのかな?これからも園庭でも散歩でも、井 口の自然物や生き物にたくさん触れていこうと思います♪







### 「男料理」参加者募集!

活動日 8月、9月、10月、11月、12月 第1水曜日(5回コース)

時 間 午後6時30分~8時30分 場 所 井口社会福祉センター「調理室」

※詳細は別紙をご覧ください。

## リサイクル資源収集を実施します

7月6日(土)~7日(日)

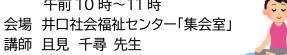
地区によって収集日、時間帯がちがいます。

※詳細は別紙をご覧ください。

#### 7月の講座

#### **やさしいヨガ** - 誰でもできる簡単ヨガ -

日時 7月5日(金)、19日(金) 午前 10 時~11 時





## 地域でまるごと健康教室

日時 第1回 7月17日(水) 午前 9 時 30 分~12 時 00 分 第2回7月31日(水) 午前 9 時 30 分~11 時 30 分

会場 井口社会福祉セ

# 井口地域づくり協議会だより

ホームページ https://inokuchi-kc.7104.info

No. 63

#### 令和6年6月25日発行

発行:井口地域づくり協議会 南砺市蛇喰1009番地 井口社会福祉センター内 TEL/FAX 64-2290 平日 8:30~17:15

## 合鴨の放鳥

6月9日に大野の水田に合鴨のひな22羽を放鳥しました。

この日はオーナー農園の整備に協力を頂いた地域の方々、オーナーの地元住民、移住者 18 名が参加し、生後 19 日のヒナを一羽ずつ放しました。7 月の中旬まで放し飼いします。















## 道路等維持サポート事業実施

防災·安全部会

5月26日(日)午前6時から今年度 第1回の市道(川上中・大野線)の路肩、歩道の草刈りが実施されまし た。

防災・安全部会長の三田利市さんよ り「地域の方々の協力を頂き、年3回 の活動を行なっていきたい」との挨 拶がありました。参加して頂いた皆さ んご協力ありがとうございました。





#### ★お問い合わせ★

・井口地域づくり協議会

Tel 64-2290

・井口保育園

・井口市民センター

Tel64-2150 Tel23-2053 ・南砺つばき学舎 Tel64-2052 · 社会福祉協議会地域福祉課 Tel82-0906 ・南砺市土地改良区 TeL62-8667

		我が家の予定	地域の主な行事	保・つばき学舎の主な行事
	月(可燃)			
2	火		井口老連追悼法要・法話会 午後1:30~ 〈井口社会福祉センター〉	老人会との七夕制作(保) ●7~9年期末考査[~4](学舎)
3	水		井口老連花づくりコンクール審査会 午前9:00~ 〈井口地域〉	
4	木			◆ 4年つばき学習(学舎)
5	金河燃		みんなでわくわく体験活動【やさしいヨガ】 〈井口社会福祉センター〉 午前10:00~11:00	七夕のつどい(保) 7年交流学習、委員会⑤(学舎)
6	土		リサイクル資源収集(別紙をご覧ください)	中·県選手権大会[陸上](学舎)
7	日			中・県選手権大会[陸上](学舎)
8	月可燃		8年	
9	火			
10	水の器は		井口老連カローリング練習会 午後1:30~3:30 〈井口社会福祉センター〉	集金振替日(学舎)
	木		夏の交通安全県民運動(~20日) みんなでわくわく体験活動【タイルクラフト】 〈井口社会福祉センター〉午前9時30分~11時30分	
12	金河燃			布団・内ばき洗濯日(保) 安全点検、アルミ缶回収(学舎) 7年色覚検査(学舎)
13	土			中・県選手権大会[バド](学舎)
14				中・県選手権大会[バド](学舎)
15	海の日			

令和6年 流 みんなのカレンダー

		我が家の予定	地域の主な行事	保・つばき学舎の主な行事
16	火			交通安全指導日(保) 委員会⑥(学舎)
17	水		地域でまるごと健康教室 〈井口社会福祉センター〉午前9時30分~12時00分	行燈作り[蝋引き](学舎)
18	木			誕生会(保)
19	金河燃		みんなでわくわく体験活動【やさしいヨガ】 〈井口社会福祉センター〉 午前10:00~11:00	誕生会食、読み聞かせ、クラブ④(学舎)
20	土		☆サタスポ☆ ヒスイ海岸でヒスイを探そう	中・県民体育大会、通信陸上大会(学舎)
21		1:30	道路等維持サポート事業(草刈り)〈川上中大野線〉	中·県民体育大会、通信陸上大会(学舎)
22	月可燃			
23	火			5,6年外 ハワイ交流(学舎)
24	水流流流		井口老連カローリング練習会 午後1:30~3:30 〈井口社会福祉センター〉	
25	木			引き渡し訓練(保) 自学の時間9年最終(学舎) 9年部活動引退日(学舎)
26	金可燃			布団・内ばき外ばき洗濯日、避難訓練(保) 保護者会、行燈作り[色付け](学舎)
27	土		みんなでわくわく体験活動【タイルクラフト】 〈井口社会福祉センター〉午前9時30分~11時30分	
28	日			
29	月回燃			
30	火			修業式、給食終了(学舎) 地区子供会②、全校集団下校(学舎)
			地域でまるごと健康教室	

☆お知らせ☆



〈井口社会福祉センター〉午前9時30分~11時30分 | 夏季休業[~8/22](学舎)