

## 今年も夏休み公民館講座「みちくさ教室」楽しかったよ！

今年も夏休みに公民館で小学生の講座、「みちくさ教室」が開催されました。今年度は三宅秀雄先生による「絵手紙教室」、公民館職員の桂川幸尚先生による「工作教室」、木村公民館長による「葉っぱでしおり作り教室」、阿木地区の防災士さんによる「災害体験教室」の4つの教室が行われました。どの教室も多くの子どもたちの参加で、たいへんにぎわいました。子どもたちにとっても、今年の夏休みの思い出の一つになったようです。

### 7/25 絵手紙教室



野菜や花などを見本に、米寿の方へ1枚、自分が送りたい相手に1枚、計2枚をそれぞれ描きました。

### 8/1 工作教室



今回はコロコロ（粘着カーペットクリーナーの本体）を使って、20連発ゴム鉄砲を作りました。



### 8/8 葉っぱでしおり作り教室



葉っぱの葉脈だけを残し、白くしたものを紙に貼ってしおりにします。

こんな感じになります ⇒



### 8/19 災害体験教室



防災士さんによる〇×クイズや、パッククッキング（焼きそばを作ったよ）を行い、災害時にできることを学びました。



## 自主防災リーダー養成研修を行いました

8月6日(水)に阿木公民館で自主防災リーダー養成研修が行われ、各地区の自主防災会から18名の参加があり、西消防署の中野さんから心肺蘇生法やAEDの使用法、応急手当法などを指導していただきました。

人形を相手に実践してみることで、みなさん理解をより深めていました。



## 公民館で避難所開設訓練を実施しました

8月24日(日)に阿木公民館にて、昨年に引き続き、地元住民で避難所を開設する訓練を実施しました。今回は阿木防災士連絡会及び1、2区の区長さんが中心となり、2区の皆さんに避難者としてご協力いただきました。

自分たちで役割分担をし、避難所に必要な間仕切りテントや仮設トイレの設置などを行いました。1区の皆さんも自主防災訓練も兼ねて参加されました。





## おなかの調子を整えることが身体にとって大切なのです

8月27日(水)に阿木公民館にて阿木診療所・シクラメン地域包括支援センター主催「暮らしの保健室」健康講座が開催されました。今回は「腸を整えることの大切さ」をテーマに、中北薬品株式会社 管理栄養士の安江さんを講師に迎え、腸を整えるためにできる簡単な食べ合わせやレシピなど、普段の生活で気をつけてできることを教えていただきました。

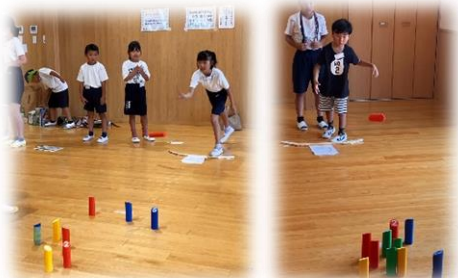
今後ともためになる講座を開催予定です。参加を希望される方は阿木診療所(☎63-2900)、またはシクラメン地域包括支援センター(☎63-3202)へお申込みください。



## モルックやってみたら楽しかったよ!!

8月28日(木)、阿木小学校の放課後子ども教室「知恵のWAクラブ」で、子どもたちが、フィンランドで始まったスポーツ“モルック”をスポーツ推進委員の小倉さん、三宅さんといっしょに体験しました。本来は木で作られた棒で木のピンを倒して得点を競うのですが、今回は公民館の中ということもあり、スポンジ製の物で行いました。

幅広い世代で楽しめる競技とあって、子どもたちはすぐにルールを覚えてしまったようで、すっかり楽しんでいる様子でした。



| 10月行事予定表 |    |    |                      |
|----------|----|----|----------------------|
| 日付       | ゴミ | 行事 |                      |
| 1        | 水  | 大型 | 中学校体育大会              |
| 2        | 木  | 資源 |                      |
| 3        | 金  | 可燃 |                      |
| 4        | 土  |    | 小学校運動会               |
| 5        | 日  |    |                      |
| 6        | 月  |    |                      |
| 7        | 火  | 可燃 |                      |
| 8        | 水  |    |                      |
| 9        | 木  |    |                      |
| 10       | 金  | 可燃 |                      |
| 11       | 土  |    | こども園運動会              |
| 12       | 日  |    |                      |
| 13       | 月  |    | スポーツの日               |
| 14       | 火  | 可燃 |                      |
| 15       | 水  |    |                      |
| 16       | 木  | 不燃 |                      |
| 17       | 金  | 可燃 |                      |
| 18       | 土  |    |                      |
| 19       | 日  |    | 区民運動会 9時～ 於:小学校グラウンド |
| 20       | 月  |    |                      |
| 21       | 火  | 可燃 |                      |
| 22       | 水  |    |                      |
| 23       | 木  |    |                      |
| 24       | 金  | 可燃 | 中津川ふるさとじまん祭 定例区長会    |
| 25       | 土  |    | 〃                    |
| 26       | 日  |    | 〃                    |
| 27       | 月  |    |                      |
| 28       | 火  | 可燃 |                      |
| 29       | 水  |    | 暮らしの保健室健康講座          |
| 30       | 木  |    |                      |
| 31       | 金  | 可燃 |                      |

イベント等は天候等の影響により、中止または延期となる場合があります。



## 子どもたちの作品、みんな見に来てね!

公民館にある「みちくさ図書室」や、阿木の学童保育「まなびっ子」に來ている小学生の子どもたちが作った作品を展示します。

ぜひ見に来てください!

日にち 令和7年10月1日(水)～29日(水)

場所 阿木公民館 フリースペース

まってるよ~!



## 阿木区民運動会開催!



日時 令和7年10月19日(日) 午前9時～  
(午前のみ)

場所 阿木小学校グラウンド(雨天中止)

みなさんの参加をお待ちしています!



## 阿木診療所診療日 ☎63-2900

午前診療時間: 午前9時～12時

午後診療時間: 午後2時～4時

|    | 月 | 火第1, 3のみ | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|---|----------|---|---|---|---|---|
| 午前 | ○ | 7, 21日   | — | ○ | ○ | — | — |
| 午後 | ○ | ○        | — | ○ | ○ | — | — |

第2、第4火曜日・毎週水曜日の午前中は、看護師が勤務しています。

体調の心配事などありましたら、ご相談ください。

阿木の人口 (令和7年8月末現在)

◎出生1人 死亡3人 転入3人 転出2人 転居△2人

◎人口 1,877人(男 903人 女 974人) 前月比 △3

◎世帯数 772

←こちらから「広報あぎ」を中津川市のホームページで見ることができます