



6月号 みずほ

瑞穂

QRコード



ホームページURL: <http://mizuho-c.com>

令和5年6月15日  
中郡地区交流センター発行  
川西町大字堀金1527-1  
TEL 42-2643 FAX 42-2663  
E-mail: [chu-cen@ms5.omn.ne.jp](mailto:chu-cen@ms5.omn.ne.jp)

## 🌸花できれいな中郡地区に🌸 ～花いっぱい運動～

6月2日（金）に環境衛生部会の協力を得て、サルビア・マリーゴールド・ベコニア・日々草の4種類の花苗、約5,000株を下奥田の鈴木園芸さんより準備していただき配布しました。

6月4日（日）の定植の基準日には、各公民館で花植えの作業が行われ、地区内の環境美化活動に努めていただきました。皆さん手際よく作業されていました。

今年も花壇コンクールを実施する予定です。これから暑い日が続いたり、水やり等夏の間の管理は大変ですが、ぜひ入賞を目指し愛情をこめて育てていきましょう。

お忙しい中配布作業にご協力いただいた環境衛生部会の皆さん、井上満さん（八幡原）、鈴木園芸さん、どうもありがとうございました。



交流センターの花壇は更生保護女性会の皆さんに、ダリアの花壇は五十嵐正孝さん（東部五）にご協力いただきました。

また、社会教育振興会理事の方にセンターの草刈りと花壇の準備をしていただきました。皆さん大変ありがとうございました。

### 中郡地区ソフトボール大会のご案内

- ☆ 期 日：7月2日（日）小雨決行 ※雨天の場合は中止
- ☆ 時 間：午前7時15分 開会式  
午前7時30分 試合開始
- ☆ 会 場：あいばるグラウンド（主会場）、中郡小学校グラウンド

4年ぶりの大会となります。打って走って、いい汗流しましょう♪  
ただし、ケガには十分にご注意ください。



# ゆうゆう大学・介護予防事業

ゆうゆう大学地区学習会が開催されます。第一回目は、介護予防事業と合わせて行います。ゆうゆう大学にお申し込みのない方でも、参加可能ですのでご希望の方は中郡地区交流センターまで連絡をお願いします。

◇ 日程 ◇ 6月29日(木) 場所：中郡地区交流センター TEL 42-2643

・午前 9時00分 開校

・午前 9時15分 講座 介護予防・認知症予防体操

「楽しく交流して認知症予防」

講師：特別養護老人ホーム そよ風の森

機能訓練指導員 勝見 清美氏

※ 持ち物：フェイスタオル（体操用）

引き続き・・・

・午前 10時45分 講座 寄せ植え教室

「季節の花を使った寄せ植え」

講師：小松花屋 佐藤 光弘氏

※ 会費：1,500円（寄せ植え一式）

・午前 11時45分 終了予定

飲み物はセンターで準備します。

6月23日(金)までお申し込みください。

## 田植え体験

5月24日(水)中郡小学校の5年生が田植を体験しました。

JA青年部の方々の指導のもと、ていねいに田植を行いました。始めはぬかるむ足元を気にしながら進んでいましたが、慣れてくると植えるスピードもアップしていました。皆どろんこになり、田植え体験が終了しました。今年はバケツ稲にも挑戦しました。秋の収穫が楽しみです。



## 百歳体操

いきいき百歳体操は、交流センターの他、自治公民館でも開催されています。座ったままでできる簡単な体操で、日常生活に必要な動作の筋力をアップさせます。地域の方の居場所づくりの役割もあります。歳を取ると何かと引きこもりがちになりますが、体も頭も動かしてより健康な日々を過ごしましょう。



再 荒  
開 窪  
窪 し 公  
し 民  
し 館  
た も

### これからの予定

6月22日(木)

町健康レクリエーション大会

6月29日(木)

ゆうゆう大学地区1回目/交流センター

7月2日(日)

防災無線訓練・ソフトボール大会

7月14日(金)

ゆうゆう大学地区2回目/交流センター

7月23日(日)

虚空蔵山下草刈り

