

今年も全国的に暑い夏がやってきました。松本でも温度が37度になり過去に経験したことのない猛暑になっています。皆様いかがお過ごしでしょうか

年々暑くなって昼・夜を通してクーラー等で室内温度を下げ、定期的に水分・塩分の補給が必要な日も有りますね。やむなく屋外で作業を行う場合には、一人作業は危険なので二人以上で行い相互に声をかけて休憩をしっかりと取りましょう。我慢や無理をしないようにしましょう。

8月の公民館活動（活動日は公民館室内を冷房しています）

1日(金)、8日(金) 卓球の会 午後 1時から

公民館室内を冷房しています。

涼みに来てピンポンで軽い運動をしてみませんか？

気分転換にお出かけください。

16日(土) 公民館一日開放の日

午前 9時から : 健康麻雀

午後 1時から : 卓球の会

27日(水) ふれあい健康教室

午前 10時から : 歌の会

午後 1時から : 卓球の会

お知らせ

8月3日(日) 午前9時から 公民館清掃 第五町会

公民館玄関前プランター(10個)に花を植えました。

各町会公民館長の持ち回りで毎日水やりをしています。



令和7年度 第一回男性の料理教室

6月24日(火) 11名参加で開催実施。今回料理は、シューマイ・焼きそば・玉ねぎ・ベーコンのスープ・野菜サラダ。もやし焼きソバはそれぞれ各自で作りました。今回の反省点は各料理の量が多かったなので、次回料理ではレシピ材料の見直しをします。

今回料理の出来栄え



参加メンバーの皆様



真剣な調理中



料理を味わいながら楽しく会談



グランドゴルフ大会

7月6日(日) 午前9時 横田グランドにて参加者12名でグランドゴルフ大会を開催。当日の最高温度が34度になりましたが、日陰でしっかり休憩と水分を補給して無事にゲームが終了できました。優勝者は第六町会の藤森さんスコアは44でした。

参加メンバーの皆様



開始前の様子

