



あさひ 公民館だより

第243号 《全戸配布》
【発行】朝日公民館(改善センター)
【館長】赤尾好一郎
【主事】神山 淳



朝日小5年生田植え体験
(4面に関連記事)

公民館利用の本格的な再開について

新型コロナウイルス感染症予防のため、6月から制限を設けた上で開館をしておりましたが、現在の所、感染拡大の状況が見られないことから、感染症防止対策を徹底した上で、休日・夜間の利用もできるようになりました。

利用の際には、下記の事項をお守りください。

1、利用できる時間帯

通常通り、午前9時から午後10時まで（土、日、祝日の利用は可能）。

2、利用できる方

検温を行い自らの健康管理を行っている方。

※発熱（平熱より1度超過）や風邪症状等、体調不良の場合は来館を控えてください。

※高齢者の方と持病をお持ちの方と妊婦の方の中で、不安に感じる方はお控えください。

3、利用人数

人と人との間隔を2m以上確保してください。

なお、朝日公民館の2m以上間隔を確保できる各部屋の利用最大人数は、以下の通りとなります。それ以下の人数でご利用ください。

《1階和室：9名 1階多目的ホール：32名 2階和室：16名 2階会議室：8名》

4、公民館を利用する際の必要事項

- ・公民館利用者名簿の提出が必要となります。

（利用申請時に名簿をお渡ししますので、記入の上、提出してください。）

- ・こまめな手指の消毒をお願いします（消毒液は備え付けています）。

- ・マスクを必ず着用してください。

- ・部屋の換気を1時間毎に5～10分程度してください。

【次ページへ続く】

- ・公民館の備品（イス、机など）、また触ったところ（ドアノブなど）は、消毒してください。消毒用品は各部屋に用意しています。

利用の際は、上記4項目全てを順守してください。利用者の皆様におかれましては、ご協力いただかなければならない事項が多いですが、感染拡大を防止する上で必要不可欠ですので、何卒ご協力をお願いします。

ご利用に関して、何かご不明な点等ございましたら、朝日公民館（23-8994）までお問い合わせください。

なお、公民館の通常開催に伴い、少しずつではありますが、今年度の公民館事業も開始していきます

ステップ&スロージョギング教室は10月から再開予定

昨年度から実施しておりますステップ&スロージョギング教室ですが、以下の理由により9月末まで再開を見合わせるようになりました。

- ◎ 健康チェックにおける血圧測定等、共有して利用する備品が多いこと、又その消毒の環境面の配慮が難しい。
- ◎ 運動を行う際に、3密を避ける等の環境的配慮が難しい。
- ◎ ステップ教室の利用者の多くは、65歳以上の高齢者であり、また生活習慣病を保有しているハイリスク者が少なくないため、マスクを着用しての運動は、身体への負担が強すぎると考える。

※ 教室再開見合わせについて、ご意見ご要望等ある方は、市役所健康保険課健康支援係（24-3000）までお問合せください。

なお、新規教室生の募集は、9月に行う予定です。今しばらくお待ちください。

朝日公民館主催事業「あさひ自己啓発サークル」受講者募集!

コロナうつ、コロナ虐待、コロナ夫婦喧嘩などなど、コロナ自粛が続いたこの時期、色んな問題が浮上してきました。でもこれは、日頃の自分の中にあった問題の芽ではないでしょうか？こんな時こそ自分と向き合ってみませんか？誰もが自分自身の心の状態や、あり方を分析することであなたの自己成長に寄り添えます。

日 時：第1講 令和2年7月18日（土）9：30～12：00

以降の日程 9月5日、9月19日、10月17日、11月7日、11月21日

12月19日、1月16日、3月20日の連続9回講座

（いずれも土曜日の9時30分からです）

講 師：重松富子 先生 （保健師、日本交流分析協会准教授、子育て支援士）

参加費：無料

対 象：どなたでも

申込み：朝日公民館（23-8994）までお電話でお申し込みください。

締 切：7月16日（木）まで

朝日公民館 自主学習教室生募集

健康太極拳教室

開催日 : 火曜日(月3回)
開催時間 : 19:30~21:00
講師 : 中野喜美子
部屋 : 1階多目的ホール

韓国語中級教室

開催日 : 毎週木曜日
開催時間 : 10:30~12:00
講師 : 藤原良子
部屋 : 2階会議室

朝日3B体操教室

開催日 : 木曜日(月3回)
開催時間 : 19:30~21:00
講師 : 福澤好子
部屋 : 1階多目的ホール

韓国語初級教室

開催日 : 毎週木・金・土・日曜日
開催時間 : 18:00~21:00
(土日は19:30まで)
講師 : 山口美喜男
部屋 : 2階会議室

洋裁教室

開催日 : 金曜日(月3回)
開催時間 : 13:00~16:00
講師 : 井上ヤチ子
部屋 : 2階和室

少林拳

開催日 : 毎週金曜日
開催時間 : 18:00~20:30
講師 : 河野光晴
部屋 : 1階多目的ホール

朝日囲碁将棋クラブ

開催日 : 毎週金曜日
開催時間 : 13:00~16:00
部屋 : 1階和室

書道教室

開催日 : 土曜日(月3回)
開催時間 : 9:30~11:00
講師 : 井上理恵
部屋 : 2階会議室

※お問い合わせやお申し込み等は、

朝日公民館(23-8994)

までお願いします。

開催日等は、予告なく変更することがあります。

「あさひふるさとまつり」中止のお知らせ

本年は2年に1度のあさひふるさとまつりの実施年です。今回はコロナウィルスの問題もあり、実施するかどうかについての協議のため、6月24日にあさひふるさとまつり実行委員会常任委員会を開催しました。

コロナウィルス感染症の問題が収束に向かっていないことや、実施した時のリスクが大きいということもあり、満場一致で中止ということになりました。

次回は、令和4年（2022）の開催となります。

地域のニュース

稲作体験支援～朝日地区資源保全組合～

6月22日、朝日小5年生が田植えを行いました。この稲作体験は毎年、朝日地区資源保全組合が支援しています。

この日は組合から7名が参加し、苗の取り方、植え方を指導すると、児童はさっそく横1列に並び目印となる紐の赤い印に合わせて植え付けました。泥に足を取られ、倒れそうになる児童もいましたが、みんな一生懸命に植えていました。

同組合が水の管理や消毒等のお世話をし、10月には収穫の予定です。



熱中症に気を付けましょう～朝日地区社会福祉協議会から～

適宜マスクを外しましょう

マスク着用時は、熱がこもりやすく、呼気による放熱も難しくなり、熱中症になる可能性が高まります。また、口の渴きが感じにくくなるので、脱水に気づくのが遅くなります。野外で、人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、適宜マスクを外しましょう。

熱中症は予防が大切です

- ・暑さを避けましょう。屋外では、日陰を選んで歩いたり帽子をかぶったりしましょう。
- ・服装を工夫し、吸水性に優れた素材の服や下着を着ましょう。
- ・こまめな水分補給をしましょう（アルコールはダメです）。
- ・急に熱くなる日に注意しましょう。

熱中症かな？と思ったら

- ・まずは風通しの良い日陰やクーラーなどが効いている涼しい場所へ移動しましょう。
- ・冷たい水を飲みましょう。たくさん汗をかいた場合はスポーツドリンクなどで塩分補給をしましょう。
- ・自分の力で水分の摂取が出来ない場合や、意識障害が見られる場合は、すぐに病院に搬送しましょう。