

# 今年も猛暑です☀️ コロナと「熱中症」対策を！！

**MAKE  
TOYAMA  
STYLE**  
BEYOND CORONA, WITH US

昼夜を問わず  
エアコンを適切に  
使用しましょう



こまめに  
水分補給を  
しましょう



屋外で十分な  
距離があれば、適宜  
マスクをはずしましょう



交通安全協会より

## 夏の交通安全県民運動



スローガン ~さわやかに 夏を走ろう 北陸路~  
期間 7月11日(月)~20日(水)

帰省や行楽で交通量が増加する季節は、  
事故が発生する危険性が高まります。  
交通ルールを守り、正しい交通マナーを  
実践しましょう。

**安全  
運転**

## 車両割賛助金のご協力をお願い

自動車の排気量に関係なく、自動車1台につき  
年額600円の賛助金をお願いしております。  
皆さまからの賛助金は、「交通安全事故のない住み  
よい地域社会」へさまざまに活用されています。

## 脳トレに挑戦!!

### その① 穴埋めクイズ

◆に共通のひらがなを  
入れて言葉を作りましょう。 し◆き◆か◆

### その② 合体漢字クイズ

右の漢字を合体させて  
2字熟語を作りましょう。 口木目心口

公民館いきいき講座③

## エコラフトで小物入れ

日時 8月9日(火) 定員 各10名

- ①くまさんの小物入れ  
9:00~10:30
- ②持ち手付きのかご  
13:30~15:00



対象 山室小学校4~6年の児童(先着順)  
参加費 ①②のどちらか1つ300円(当日集金)  
受付 7月4日(月)~7月15日(金)  
市立山室公民館 ☎423-5979

社会福祉協議会より

## 敬老記念事業について

校下社会福祉協議会では、今年度より  
敬老会事業を下記の要項で開催します。

### 敬老脳トレ抽選会

対象 今年度70歳以上の方  
内容 脳トレクイズに答えて、応募  
※ 抽選で新米などうれしい賞品を進呈

### 長寿を祝う会

対象 今年度 喜寿(77歳)米寿(88歳)  
を迎えられる方

内容 山室公民館大ホールで心ばかりの  
お祝いの会を開催

9月27日(火)午前中を予定

申込 ふれあい8月号および

8月1日発行の

回覧でご案内します。



公民館いきいき講座④

## 吹きガラス体験

グラス・一輪挿し・小鉢  
小皿 から選べます



日時 9月28日(水) 13:00~16:00  
(山室公民館集合12:20 バス出発12:30)

場所 富山ガラス工房(送迎バス有り)

参加費 1,000円(当日集金)

定員 20名(先着順)

受付 7月11日(月)~

市立山室公民館 ☎423-5979

食生活改善推進員より

私たちは、市の委嘱を受けた、地域に密着した  
健康づくりボランティアです。

(山室校下では、現在9名が活動中)

減塩の工夫や食材の栄養価など「食」を通  
じた健康づくりを保健所で研修し、地域の皆  
さんに料理教室や出前講座を通して伝えて  
きました。

コロナ禍の今、より一層の免疫力アップのため、  
毎日の食事からバランスよく栄養をとること  
が大切です。

そこで、ふれあい8月号から

「食べて元気に!」コーナーで

保健所で研修してきたレシピを紹介  
していきたいと思ひます。

どうぞお楽しみに!



6/1 やまむろちい散歩

馬頭観音像や山室江口神社など  
を散策  
山室町内会の馬渡講師から  
地域ゆかりのお話を聴きました。



6/9 防災講座

災害時のトイレの使用(携帯トイレ)  
についての講義と実演  
日ごろからの心構えや備蓄の重要  
性を痛感しました。



6/16 いきいきクラブ親睦会

コロナ禍で休止中の高齢者給食会  
久しぶりに集まって、健康チェックや  
体操など和やかなひとときを過ごし  
ました。

## 地域の防犯活動に感謝

山室地域の各所で、鍵かけの徹底や特殊詐欺防止についての啓発活動を実施



6/18 大阪屋ショップ秋吉店にて  
山室防犯連合会各地区隊長



6/15 北陸銀行高原町支店にて  
高屋敷1区防犯パトロール隊  
高原町・高原本町安全会



6/26 世代間交流グラウンドゴルフ大会

熱中症対策のため、残念ながらプレーは中止  
参加者みんなでじゃんけん大会で盛り上がるなど  
短時間でしたが、楽しい交流となりました。  
来年は、はつらつプレーができればいいですね!



5月に植えた公民館のひまわりが、1ヶ月も早く咲き始めました。高温の日が続いて  
いるため、植物たちもびっくりにして、未熟な花芽を伸ばしているようです。  
皆さんのお庭のお花はいかがでしょうか。水枯れに注意しながら、暑さで伸びてしまっ  
た花や枝を切り戻してみましょう。しばらくすると元気な芽が出てきますよ! (編集室)