

山室校下の
世帯数 5,773世帯
人口数 11,467人
男 5,503人
女 5,964人
令和7年6月末現在

ふれあい

発行／山室校下
自治振興会
編集／自治振興会
広報委員会
市立山室公民館内
電話 423-5979
FAX 493-7884

7/18 第2回 赤ちゃん教室 ファーストペインティング

赤ちゃんが、可愛いおてでシートを
ペタペタしながら、作品を作りました。
記念の1枚ができたかな！



次回は…8/29 (金)
10:00～11:00

「親のWa (輪・話・和) タイム」
輪になってみんなで話そう！

お申込みは南保健福祉センターへ
☎428-1156

今回の寝相アートは
「はらぺこあおむし」さん

主催：山室校下保健推進員



危険な暑さが 続いています

熱中症にくれぐれも気をつけて
みんなで声をかけあって
猛暑を乗り越えましょう



7/4 子どもたちが元気に来館

山室小学校の3年
生が山室公民館を
訪問。地区センター
や図書館などの施
設を見学しました。
案内役の村田所長には、子どもたちから
活発な質問が寄せられました。



7/5 男女共同参画トークショー 富山県初の女性杜氏をお招きして



参加した皆さんは、縁あって和歌山から
富山に嫁ぎ、杜氏になる夢を叶えた
岩瀬講師のお話にじっと耳を傾けて
いました。どんな状況でも「笑顔を忘れ
ずに楽しんで取り組む」ことの大切さが
伝わってきました。
今後のご活躍がますます楽しみです。

7/8 今 話題の発酵食品を活用して「発酵料理教室」元気に開催！

今回は、塩麴、甘酒、トマト塩麴を使って、お家で簡単に作れる
メニューに挑戦しました。
大田先生から「腸内環境を整えることで体質改善につながった」
という体験談を伺い、皆さん、ますます発酵食品に関心が高まった
ようでした。この暑い時期にも、発酵食はおすすめのことですよ。



7/19 世界に一つの作品が仕上がりました！「食品サンプル教室」



コーキングシリコンが
生クリームみたい！

親子8組がオリジナル作品作りに挑戦し
ました。食パン(食品サンプル)に、アクリル
絵の具で焼き色を塗り、自分で選んだ
文字やフルーツなどをデコレーション。
本物そっくりのカラフルな「トースト・ボー
ド」ができあがりしました。



フルーツたっぷり
思わず食べたくなりますね

7/22 健康料理教室① ～バランス食～

今年度第1回の料理教室が
和気あいあいスタートしました。
バランスの良い食事を心がけ
ることで、健康寿命を延ばして
いきたいですね！



健康料理教室(第2回) ～がん予防食～

参加者大募集!!

日時 9月9日(火) 9:30～12:30(受付9:15)
場所 市立山室公民館 料理室
募集 15名(会費無料)

メニュー 鮭のムニエル和風トマトレモンソース
小松菜としめじのきな粉和え
こくまミルク豚汁 フルーツポンチ



申込 市立山室公民館(☎423-5979)まで

主催：山室校下食生活改善推進員

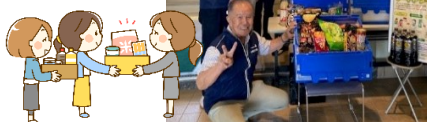
7/24～26 できることをコツコツと ～やまむろフードドライブ～

猛暑の中を、地区センターまで食品をお持ちくださった皆さんに
心より感謝申し上げます。おかげさまで350点ほどが集まりました。
校下社会福祉協議会では、今後も継続して、福祉支援活
動を行ってまいりたいと思います。

皆さまのご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

次回は10月24・25日(金・土)に実施します

主催：山室校下社会福祉協議会



「長寿を祝う会」のご案内 8/29メ切

【日時】9月25日(木) 10:00～12:00(予定)
【場所】市立山室公民館 2階大ホール
【内容】ふれあい音楽会(懐かしい昭和のメロディ演奏会)
健康長寿体操とお話 記念撮影
長寿お祝い証書 記念品贈呈
【対象】喜寿 昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生
米寿 昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生
【申込】市立山室公民館へお電話で ☎421-2801

空き缶・紙類は
地区回収へ

空き缶(水曜日)

8/13・27

紙類(木曜日)

8/21



7/15 福祉防災セミナー(役員研修会)

ご存じですか？ 災害用伝言ダイヤル171

災害が発生して電話がつながりにくくなった時、どのようにして
家族や大切な人たちと連絡を取ればいいでしょうか。
そんないざという時に役立つのが「災害用伝言ダイヤル」です。
まずは「やってみよう！」ということでみんなで体験してみました。
はじめは苦戦していましたが、スムーズに操作できるように!!
皆さんからは「体験して良かった!」との感想が聞かれました。

使い方と体験可能日

下記の可能日にぜひ体験を!

- ①固定電話や携帯電話から171に電話をかける
- ②自動音声の流れ、伝言を残す場合は「1」をプッシュ
- ③そのあと、伝言を録音する電話番号を入力
- ④音声を録音 ※伝言を残せるのは30秒です!

▼毎月1日・15日(00:00～24:00)

▼防災週間 8/30 9:00～9/5 17:00

▼正月三が日 1/1 0:00～1/3 24:00

▼防災とボランティア週間 1/15 9:00～1/21 17:00

