

7月 行政区 行事 予定

行政区	日時	内容・場所
折地	行政区からの行事予定表を確認してください	
折地作出	行政区から配布される行事予定表を確認してください	
古島	3日(日) 9:00~	農村公園清掃 東組・北組 少雨決行
	10日(日) 8:30~	環境保全共同作業活動
	13日(水) 10:00~	デイサービス 公民館
	24日(日) 9:00~	公民館清掃 北組
井上	3日(日) 8:00~	資源ごみ分別収集
	17日(日) 8:00~	環境保全作業 ・古島農村公園掃除 ・小水路除草
	16日(土) 20:00~	青色パトロール 第1組
井田上	3日(日) 8:00~	クリーク清掃 (少雨決行)
	6日(水) 9:30~	さんかく塾 井田上公民館 ・脳トレーニング(社会教育課 関さん) ・防災と防犯について(防災士 吉武さん) 参加は隣組 東方と北方とします。(コロナ対策)
	17日(日) 8:00~9:00	資源ごみ・燃えないゴミ収集(環境、隣組西方、北方)
井田下	3日(日) 10:00~	デイサービス
	17日(日) 7:30~	公民館清掃・資源ごみ回収 6班
島田	行政区の行事予定を確認してください	

あいさつ運動

7月6日(水) 7時30分~8時10分 校門前集合です

事務所からのお知らせ

住所 〒833-0035 筑後市古島195-1

電話/FAX 0942-53-7656

メールアドレス kojimacom1@space.ocn.ne.jp

開所時間 9:30~17:30

この日は、事務所はお休みです

7月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

7月19日広報委員会の予定

古島校区コミュニティ協議会

広報



7月 はんぎり 135号

~いきいきと住みよい社会にするために、共に支えあい自主活動する協働のまちづくり~

令和4年 7月 1日発行

おたまじゃくしコンサート

昨年度延期されていた、児童・パパ・ママを対象とした「おたまじゃくしコンサート」は、5月15日(日)島田公民館で開催されました。新型コロナウイルス感染の影響もある為か、児童の参加が前回より少し減ってしまいましたが、それでも29名の参加がありました。

参加者の方から、「ピアノやバイオリン、オーボエ、パーカッションの演奏は、何回聴いても素敵です。本来なら、オーケストラや大きなホールでのコンサートでしか聴けない方々の演奏を、身近で聴けるなんて素晴らしいですね。来年も是非開催してほしいです。」という嬉しいお言葉を頂きました。

演奏を真剣に聴いています。
大人になっても覚えてくれているかなあ~



綺麗な青色ドレスから、華やかな赤色にドレスチェンジ、見惚れてしまいます。



夢・未来KC コンサート

5月16日(月)古島小学校体育館で、コンサートがありました。今までとは違う楽器での演奏で、「マリンバ」「パーカッションアンサンブル」が登場。

演奏は、14:30~15:30の1時間の演奏時間ですが、午前中から楽器の準備、音響設備の設置、打ち合わせ、リハーサル、演奏後の片付けまで、約6時間かかります。演奏はパワフルで圧巻の演奏でとても感動しました。演奏に学校の先生、児童も参加しとても楽しい時間を過ごしました。最後は、古島小学校の校歌を歌いコンサートは終了しました。



～ 小学生の感想 ～

5月16日にコンサートがありました。その中で心に残ったことが二つあります。

一つ目は、打楽器を演奏したことです。私はどんぐり形のシュイカーをならしました。マラカスのような音が出ておもしろかったです。二つ目は、からだを使ってする演奏をしたことです。色々な表現を体を使ってできたので楽しかったです。また、「びっくり」や牛乳を飲む「ごっくん」などの表現の仕方がとてもおもしろかったです。

色々な音楽がみれて楽しかったです。またコンサートを聞きたいなと思いました。

(6年 木下 寧々)

コンサートではいろいろな歌をひいてもらいました。マリンバのバッチみたいなものを4本持っている人もいました。ドラムの方は速くてバッチが何個もあるようにみえました。たいこやマリンバをひいた時も速かったです。ほかの人もはげしい歌もきれいにひいてすごかったです。回すと音が変わる楽器もすごかったです。さいごの「つるぎのまい」をひいたときも、はやいけど、みんなひききってすごかったです。いつか自分でひいてみたいです。(5年 田中 春き)

≪ 熱中症は予防が大切 ≫

「屋外では帽子」「水分をこまめに摂取(たくさん汗をかいたら塩分補給も忘れずに)」「日陰を利用(湿度が高いや風がない時は要注意)」

もし体に異常が発生したら、①まずは涼しい場所へ ②衣服をゆるめる ③体などに水をかけたり濡れタオルをあてて扇ぐなどして体を冷やす(太い血管のある脇の下、両側の首筋、足の付け根などを冷やすと効果的) ④応答が明瞭で、意識がはっきりしているなら、冷やした水分を口から摂取。ただし注意!「呼びかけや刺激に対する反応がおかしい」、「答えがない(意識障害がある)」時には誤って水分が気道に流れ込む可能性があります。また「吐き気を訴える」ないし「吐く」という症状は、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠です。これらの場合には、口から水分を飲んでもらうのは禁物です。すぐに、病院へ行きましょう。

頭痛、倦怠感、意識が何となくおかしい時は、速やかに医療機関受診。意識がない、けいれん、歩けない、からだが熱い時は、からだを冷やしながら救急車を要請しましょう。

≪ つぶやき 「日本一の石段」その1 ≫

熊本県美里町にある「日本一の石段」をご存知ですか？

3333段で、正式には「釈迦院御坂遊歩道」と言い、現在ではほかに抜かれてしまい、日本一ではないのですが名称は「日本一の石段です」私は毎日1時間ほどウォーキングをしています。最近、年のせいか膝が痛くなり、グルコサミンを飲み始めましたが、効いたり効かなかったりです。(あくまでも私個人の感想です)

そこで、少しでも膝が元気なうちに「日本一の石段」にチャレンジしてみようと思い立ちました。HPを確認すると、上りに2時間、下りに1時間。早い人は1時間程度で上がるそうです。

数年前に、香川県の金毘羅神社総本宮を参詣しましたが、ここの階段も有名で、1368段だそうです。これも結構きつかったのですが、この倍以上もあるのかと思うと、ちょっと怖くなりました。

「日本一の石段」の上り口に石段の説明があり、石の「日本一の石段」看板、そして、結構な勾配の階段、上る前から「これ大丈夫かな」と不安になりました。

最初の200段目に水洗トイレがあり、次は1700段目にバイオトイレがあるそうです。上る途中、上から降りてくる人と、あいさつを交わしながらすれ違います。結構な年配(70歳くらい)の女性もいます。しかし階段がこんなにきついとは!平坦な道を歩くのとは、全然違います。最初の数百段で太ももがきつくなり、心拍数が上がり呼吸が荒くなります。トレッキングポールで腕の力も使って体を引き上げます。

「階段を1階上ると1日寿命が延びる」という健康法を唱える人がいます。二足歩行のロボットを作るとき、一番難しいのが「階段を上らせること」だそうです。階段は、前後左右上下の、6軸バランスが必要で、人間は無意識のうちに脳がバランスをとっており、階段を上ることで、脳も活発に動き、認知症防止にもつながるそうです。それを聞いてから、できるだけ階段を利用しているのですが、やはりきつい。途中から筋肉が麻痺したのですが、太ももの痛みは消えました。呼吸と心拍数を整えながら、ひたすら上がります。1700段目で小休止、あと半分かと思いましたが・・・ (井田下 匿名)

7月号はここまで!さて・・・頂上まで登りきれのでしょうか? 8月号に続きます。お楽しみに

