

暑い毎日が続いていますが、体調の方は大丈夫でしょうか？子供たちの夏休みも始まりにぎやかになりますね。日射病や熱射病にならないよう水分を十分取り今年の夏も乗り切りましょう。家の中で過ごす方も、水分補給を忘れずに！

### 福祉と健康のまち大会

今年は展示コーナーのほかに「タニタの健康セミナー～タニタ食堂に学ぶ500kcal まんぷく定食のコツ～」と題して講演が行われます。食生活を見直す良い機会になるとお思いますのでぜひ参加してみてくださいはいかがでしょうか

8月28日(日) ハートフルセンター ロビー

9:30 作品展示

骨密度・体幹・血管年齢・呼気(一酸化炭素)などの測定

11:00 講演:「タニタ健康セミナー」(多目的ホール)

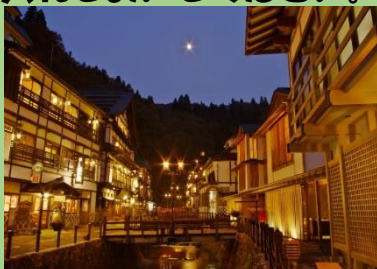
予 告

### 今年 は 銀 山 温 泉 !

今年の社会福祉協議会のバスツアーは、大正浪漫の世界「銀山温泉」を予定しています。たまには仕事を忘れ(休んで?)マイナスイオンを浴びに行きませんか?

9月7日(水)ハートフルセンターを9時前後に出発  
銀山温泉の散策と昼食、そして温泉に入り日頃の疲れを取りましょう～

★詳しくは来月の封筒に案内を入れますので、皆さんの予定に入れておいてください。



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ・エコクラフト教室 ・お絵かきパステル教室 各10時～小学生以下の親子30人フロアで 300円	3	4 <u>アイラブふるさと</u> フローラさがえ 10時～15時 ※出入り自由	5	6 <u>フリザードフラワー講座</u> フローラ502 10時～ 申込：0237-77-6330
7 <u>図書館まつり</u> 9時30分～10時 にはリサイクルブックのプレゼント有	8	9	10	11 <u>山の日</u> <u>大相撲さくらんぼ寒河江場所</u>	12	13 見て・聞いて・測って・納得！ 放射線⇒山形大学理学部023-628-4513
14 <u>さんで～すてーじ・さがえインフローラ</u> 14時～ 綾小路きみまろ 爆笑ライブ上映 (無料)	15	16	17	18 <u>アイラブふるさと</u> フローラさがえ 10時～15時 ※出入り自由	19	20 今月の作品 
21 <u>軽トラ市</u> 最上川ふるさと公園 8時～12時 	22	23	24	25 <u>ふるさと交流広場</u> <u>織み物しましょう会</u> フローラさがえ 10時～15時 ※どなた様も参加OK。出入り自由	26 <u>ハートフルセンターにてパンの販売</u> 12時より1階ロビー “のどか”で作っているおいしいパンです	27 <u>慈恩寺コンサート</u> 「東儀秀樹 雅の世界」 19時～
28 <u>福祉の町大会</u> <u>ハートフルセンターロビー</u> 9:30～	29	30 <u>土用の白の日</u> 	31	<ul style="list-style-type: none"> <li>・最上川ふるさと公園では2日～21日まで、ボタニカルアート展を開催</li> <li>・同封のうつくしま会の8月の案内もご覧ください。メンタルケアや素敵なフォトスタンド作り、どなたでも参加できますので、気軽にどうぞ！</li> </ul>		