

兼山地区センターだより

兼山地区 令和6年7月1日現在 世帯数 535 世帯 人口 1112 人



令和6年8月1日 NO.77号

TEL59-2116 / Fax59-2404

Email:kane-koumin@city.kani.lg.jp

兼山こども夏まつり 8月17日(土)

13:30~16:30

センター内 ふれあいホール

オープニングは、
兼山小学校の金管バンド演奏♪
みんなで踊ろう！兼山盆踊り～
楽しさいっぱいの、こども縁日や
軽スポーツ・工作体験コーナーもあるよ!!
みんなで一緒に楽しんじゃおう(*^*)v

わくわくが
いっぱい♪



参加費は無料！みんな集まれ！！

かき氷・ポップコーン・綿菓子もあるよ～

※詳しくは、HP・夏まつりチラシ等でご確認ください。

酷暑の毎日ですね…。
涼しいお部屋でゆっくりしませんか～
お友達同士やご家族と、1人でも気軽に
ご利用いただけます。

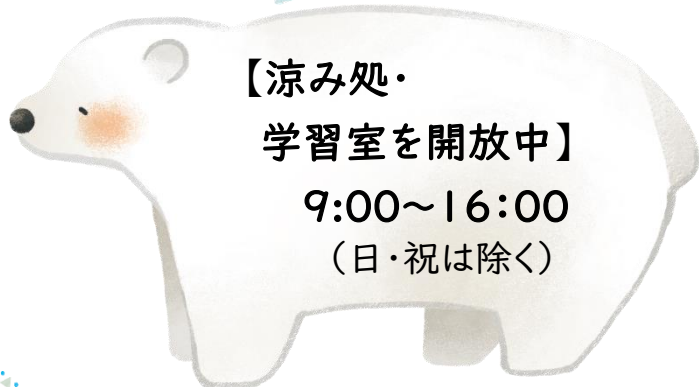
ぜひ、熱中症対策に
お出かけください。

【涼み処・

学習室を開放中】

9:00～16:00

(日・祝は除く)



令和6年度 第7回 兼山ふれあいまつり 10月27日(日) 9:00～12:00

参加者募集！！

★展示・ステージ発表

- ・兼山地区センター、観光交流館、やすらぎ館で活動をしているサークル、団体、個人
- ・兼山地域団体、個人の趣味(展示のみ)で参加したい方

★イベント・バザー・飲食

- ・兼山地域団体、地域住民(個人)
- ・物販については安価なもの
- ・飲食は販売のみとなります

※詳しくは、センターへお問い合わせください。

◎参加希望は下記の方法でお申し込みください

申込方法：センター窓口の申込用紙にて提出ください

申込期限：8月1日(木)～8月30日(金)

お問合せ：兼山地区センター ☎0574-59-2116



【睡眠の質を向上させるための講座】

～スーパーボール足裏快眠法で眠れるからだづくり～

こんな悩みありませんか？

- ・なかなか寝付けない…。
- ・夜中に何度も目が覚めてしまう…。
- ・ぐっすり眠った感じが得られない…。

日時：9月19日(木) 9:30～11:30

場所：兼山地区センター 2階会議室

講師：立木 純子さん(岐阜医療科学大学)

定員：20名

参加費：100円(スーパーボール代)

持ち物：水分補給用飲み物

★センター窓口または☎59-2116にてお申し込みください(日・祝除く 8:30～17:00)

そんな悩みを解決しませんか？

- ◎体を動かして眠れるからだをつくろう！
- ◎呼吸法を習って自律神経を整えよう！
- ◎足裏をほぐして眠れるからだをつくろう！

認知症予防にも
効果あり♪



こちらからも
お申込みいただけます

いきいきサロン兼山 ～やすらぎ館にて

※8月はお休み、次回は9月19日(木)

7月18日(木)保健師さんの『なんでも健康相談』が行われました。健康増進課成人保健係による熱中症予防・感染対策の講話後、簡単な健康体操指導があり、みんなで一緒に体を動かしていました。



身長・体重・血圧測定をし、健康についての悩みなど色々な相談される姿がありました。



順番の待ち時間には、サロンで準備された色々なパーツを組み合わせた素敵な夏の飾りも作られていました。



油蝉制する人の無かりけり
片腕のしびれて昼寝覚めにけり
雷の来て雲の隙間をぬって来る
サスペンス最後見逃す昼寝かな
生まれしも命果つるも夏座敷
銅山の廃屋かすむ蟬時雨
夏座敷背戸の風抜け和みをり
夏座敷一族集ふ七回忌
あれ以来蟬捕りの網掛けしまま

金子 北陽
川合 淳子
島田 紗代子
廣瀬 信子
今枝 洋子
今泉 和子
瀬瀬 町子
佐藤 笑子
奥村 公子

山梨句会 七月の兼題 夏座敷・蟬・昼寝・自由

兼山保育園 ～夕涼み会～

7月19日(金)夕涼み会が行われました。みんなで一緒に盆踊りを踊った後、色々な体験をして目を輝かせて楽しむ可愛い園児たちの姿がありました。

