



## シーシーリング大会

今年の文化スポーツ部会 第一回目のスポーツフェスティバルとして6月2日(日)に、シーシーリング大会を開催いたしました。

すっかりおなじみになったシーシーリング大会。今回は38名が参加、ラジオ体操で身体を温めてから3~4名のチーム12組が、4つのグループに分かれて予選がスタートしました。

予選で各グループで1位になった2組・5組・11組・12組の皆さんは熱戦を繰り広げ、歓声と落胆の音が体育館に響きました。優勝したのは5組(南町:石岡さん 南町:村田さん 坂谷公民館長)で、なんと2位とは1点差でした。



次回のスポーツフェスティバルは秋にグラウンドゴルフ大会を予定しています。たくさんの景品を用意して皆さんの参加をお待ちしております!



## 公民館スケジュールはスマホで見れます

右下のQRコードをスマホで読み取ると直近一か月の公民館スケジュール・クラブ活動の予定が見れます。

LINEのカメラでも読み取れますよ!



## 今年もすくすく育っています!



毎年、立派な緑のカーテンを作ってくれる「ゴーヤ」の苗を植えました。今年も大切にお世話していこうと思います。

## 第二回 第2の人生かがやき塾

6月14日(金)2回目の第二の人生かがやき塾を開催しました。今回のテーマは「新しい詐欺について」賢い消費者になるために松阪市消費者生活センターより山下さん・同センター相談員の伊藤さんにお話を伺いました。

12名の参加者は多様化する詐欺の手口の講義を受け、質問タイムでは実際に参加者が受けた「不審な電話」や「ショートメール」の内容を上げ、「個人情報はいつ抜き取られるのか」「また電話がかかってくるのか」「どうやったら着信を防げるのか」など、たくさんの質問が出ていました。



次回は7月12日(金) 10:00~  
最終回「災害時の食事!」  
今から熱中症・夏バテ対策!  
~栄養について管理栄養士さんからのお話~  
です!



参加  
無料!

## 文化講座のお知らせ

予約不要!  
直接公民館へ  
お越しください

### 元気アップ体操

1. 日時 7月25日(木) 13:30~
2. 場所 第二公民館 2階会議室
3. 講師 山中 美幸 先生
4. 受講料 無料
5. 持ち物 タオル・飲み物

※動きやすい服装でお越しください。  
初心者さんも楽しく元気に身体を動かしましょう!

### みんなで歌って 元気アップ

1. 日時 7月31日(水) 9:30~11:00
2. 場所 第二公民館 2階会議室
3. 講師 越知 愛幸子先生
4. 受講料 無料

※初めての方、大歓迎!  
明るく大きな、声を出して  
元気になりましょう。

