

雷山コミセン あおばだより

令和3年5月15日発行
第2号
糸島市立雷山コミュニティセンター
Tel&FAX : 092-323-0078



糸島市HP <https://www.city.itoshima.lg.jp> 雷山コミセンHP <https://www.city.itoshima.lg.jp/c008/index.html>

令和3年度青パト講習会のお知らせ

雷山校区では、各行政区ボランティアの方々のご協力により、青パト定期巡回活動を実施しています。今回、青パト乗務者に必須の『青パト実施者講習会』を開催します。子ども達の安全、地域の安心のためにご協力をお願いいたします。

【受講対象者】

- ①新規に青パトボランティアを始めたい方
- ②令和3年度新規校区団体役員・行政区役員の方
- ③継続の方（平成30年に講習会受講された方）

日時：6月25日（金）19:00～

※雷山校区全行政区対象です。

会場：雷山コミュニティセンター 2階 大研修室

☆新規受講の方は、当日「運転免許証」を必ずご持参ください。

☆準備の都合上、事前に雷山コミュニティセンターまで参加のご連絡をお願いします。



5・6月の行事予定

日	曜	時間	内容
5/15	土	17:00	市同協雷山支部総会（中止：書面議決）
		18:00	校区民会議総会（中止：書面議決）
21	金	19:00	王墓まつり実行委員会（延期）
28	金	19:00	文化まつり実行委員会（延期）
29	土	10:00	コミセン運営審議会（中止：書面審議）
6/11	金	7:50	雷山小あいさつ声かけ
18	金	19:00	社協五者会議
23	水	14:00	献血（雷山コミュニティセンター）
25	金	19:00	青パト講習会

※予定は変更になる可能性があります。

校区一斉 あいさつ声かけ運動

♪6月11日（金）7:50～8:20

♪雷山小学校正門・東門前

♪担当/高上行政区・山北行政区



青パト巡回活動

♪5月17日・24日

平原行政区

♪6月4日・11日・18日・25日

有田行政区

雷山校区を巡回します！



5月12日より5月31日まで緊急事態宣言により、コミセンの貸館が中止されています。窓口業務及び印刷は可能です。ご不自由をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

いきいきセミナー「ヨガ」のご案内

昨年度は「いきいきセミナー」にご参加いただきありがとうございました。「いきいきセミナー」は、どなたでもご参加いただけますので、お友だちを誘ってご参加ください。

今年度は、下記のスケジュールで1年間ヨガを月1回実施いたします。また、コロナウィルス感染防止として、2階大研修室にて定員12人で行います。必ずマスク着用・ヨガマット持参ください。

よろしくお願いいたします。また、募集はその都度あおばだよりでお知らせします。

日時：6月25日、7月30日、9月17日、10月22日、11月26日、1月21日、2月18日

全て金曜日、時間は10:00～11:30です。

講師：高杉 龍元さん（糸島市地域活動指導員）

募集人員：12名（定員になり次第締め切ります）

場所：雷山コミュニティセンター 2階 大研修室

持ち物：運動できる服装、タオル、ヨガマット、水分補給用飲料

申込み：雷山コミュニティセンター ☎323-0078

※都合により日程・内容を変更する場合があります。



パソコン講座延期のお知らせ

毎年開講している「パソコン講座」ですが、今年度もコロナウィルス感染防止のため、9月より開催いたします。

今年度は、9月～11月、1月～3月の2期で講座を開催します。募集時期等詳細は7月15日号でお知らせします。

問合せ：雷山コミュニティセンター☎323-0078

献血のお知らせ

日時：6月23日（水）14:00～16:00

場所：雷山コミュニティセンター

かえで(旧食進会)からののお知らせ

お待たせしました。ゴキブリ団子と石けんができました。

ただし、購入は**6月1日より**お願いします。

(1袋：100円)

熱中症予防

保健師コラム第11号



熱中症は5月頃から起こりやすくなります。十分な感染対策を行いながら、熱中症も予防しましょう。

マスク着用により、熱中症のリスクが高まります。



- ・屋外で人と2m以上離れているときは、マスクを外す
- ・のどが渇く前に、こまめに水分補給
1日あたり1.2Lを目安に！
- ・換気をしつつ、エアコンで温度と湿度の調整
室温は28度を目安に！
湿度50%以上で熱中症のリスク上昇
- ・適度に運動し、暑さに備えた体づくり
- ・マスク着用時は、激しい運動は避ける



熱中症は防げる病気！
真夏になる前からの予防が大切です。



問い合わせ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069