

2021年 7月 1日

【発行編集】

糸島市立桜野コミュニティセンター

TEL&FAX 092-327-0259

sakurano.k@city.itoshima.lg.jp

休館日：月曜日



▲桜野コミュニティセンターのホームページはこちらから

コミュニティセンター利用再開！

緊急事態宣言が解除され、まん延防止等重点措置に移行したことでコミュニティセンターの利用が6月22日(火)より再開されました。ただし、7月11日(日)までは下記のとおり使用制限があります。

※制限期間や内容は状況により、変更になる場合があります。

【制限内容】

- ①貸館は20時まで。
- ②館内での飲酒・飲食は禁止。
- ③会議室などの収容率は50%以下。

マスク着用・手指消毒・検温
・3密防止・換気・使用後の貸室の消毒と清掃など、感染防止にご協力ください。

Check!

裏面には校区行事などの大切なお知らせがあります。必ずチェックしてくださいね！



おらせ

【令和3年度 青パト講習会】

- ◆日 時：7月30日(金)・受付：19:00～ ・講習：19:30～
- ◆場 所：桜野コミュニティセンター
- ◆対象者：更新(H30年受講者)・新規・期限切れの方
- ◆持参品：更新・期限切れの方→青パト実施者証
新規の方→運転免許証
- ◆申込方法：各行政区長または、桜野コミュニティセンター(月曜日休館)へご連絡ください。
- ◆申込締切：7月15日(木)



中止のお知らせ

8/6に予定していました「ひとり暮らし高齢者と桜野小児童の交流会」は中止します。

10/23(土)・10/24(日) ～桜野校区文化祭～

今年度は、展示のみの文化祭を開催する予定です。たくさんの作品をお待ちしております。



※新型コロナウイルス感染状況により変更になる場合があります。

【お問い合わせ】

桜野コミュニティセンター (327-0259)

確認!

令和3年5月20日から

避難指示(警戒レベル4)で 必ず避難!



危険度	警戒レベル	新たな避難情報など
高 ↑ 危険度 ↓	5	緊急安全確保
	4	避難指示
	3	高齢者等避難
低	2	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
	1	早期注意報(気象庁)

※詳細は、糸島市の広報6/1号などでご確認ください。



◀ 7月の主な行事 ▶

日	曜	時間	内容
6~10	火~土	7:30~	あいさつ運動
10	土	10:00	まちづくり実行委員会
13	火	午前中	全館清掃
15	木	10:00	デジカメ講座
16	金	10:00	ハーブ講座
21	水	19:30	桜野校区親善ソフトバレーボール大会実行委員会
27	火	13:30	市同協桜野支部理事会
29	木	10:00	ウォーキング講座
30	金	13:00	区長会
		19:30	青パト講習会

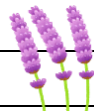
・全館清掃のお知らせ・

7/13(火)の午前中に全館清掃をおこないます。その間、センターの利用ができません。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



◀ サークル日程 ▶

サークル名	日程
健康太極拳	1・8・15・22・29
你好クラブ	3・10・17・24・31
桜野絵手紙教室	27
3B体操みちくさ	8・22
四季の花	9・23
ゆたかの会	お休み
つぼみ	2・9・23
桜のオカリナ	7



体育館清掃のお知らせ

- ◆ 日 時：8月1日(日) 9:00~
- ◆ 場 所：桜野小体育館
- ◆ 対 象：桜野小体育施設登録利用団体(各団体2名以上)
- ◆ 内 容：体育館内の清掃
- ◆ 持参物：雑巾・バケツ・ほうきなど



校区事業中止のお知らせ

下記の事業の中止が決まりました。今後の事業につきましても「さくらのだより」や「桜野コミュニティセンターのホームページ」でお知らせします。

- 7/3(土)
人権講演会(市同協桜野支部)
- 7/25(日)
小学生球技大会(校子連)
- 8/6(金)
高齢者と桜野小児童の交流会(校区社協)
- 8/29(日)
中学生球技大会(校子連)
- 9/15(水)~9/18(土)
通学合宿(校区民会議)



夏の快眠術



保健師コラム第13号

寝苦しい夏の夜。寝不足になり体調を崩したり、夜間に熱中症になる危険性があります。対策をして、夏の夜を快適に乗り切りましょう。

快適な睡眠をとるために…

エアコンの活用

- ・室温28度を目安に調整しましょう
- ・タイマーを2~3時間に設定しましょう
- ☑ 寝始めの3時間が最も眠りが深くなるため、この時間に熟睡すると、翌日の目覚めが良くなります



入浴

- ・就寝1~2時間前までに済ませましょう
- ・湯船の温度は40度程度で、10分ほどゆっくり浸かりましょう



寝具の工夫

- ・掛けふとんは全身にかけ、足元を冷やさないようにしましょう
- ☑ 全身の体温を一定にすることで、体温調節がスムーズになります
- ・接触冷感素材の寝具を利用するのもいいでしょう

問い合わせ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069