



こちら診療所

所長 高島 恭介

## 熱中症にも注意しましょう。

熱中症は、気温が上がり始めたときに起こりやすく、軽いものから重いものまであり、最悪、命にかかわることもあります。防ぐ方法を3点お話しします。

- ①気温が高い時は、作業をなるべくなら避け、特に、直射日光を浴びるのできるだけ避けましょう。
- ②ご自宅にいる時も含めて、長い時間の作業となるときは定期的に休憩・水分をとりましょう。
- ③屋内、屋外にかかわらず熱がこもらないように扇風機・エアコン、窓を開ける等、空気が入れ替わるように工夫をしましょう。

## ホテル観賞会を開催しました

7/6(土)に開催した七ヶ宿ホテル観賞会(会場:湯原地区)は、気象条件も整ってゲンジホテル・ヘイケホテル・ヒメホテルが多数舞う光景を観賞することができました。家族連れの親子やホテルの撮影にチャレンジする方など、町内外の参加者から「ホテルいた!」の声があちこちで上がると、大人も夢中になって幻想的な時間はあっという間に過ぎました。私たちの暮らす町がホテルの自生する地域であることは実に素晴らしいことです。それは先人たちから地域を受け継いで守ってきた証左であり、これからも大切にしてくもものだと確認する機会にもなりました。



※通称:くら研  
七ヶ宿  
くらし研究所  
だより



七ヶ宿くらし研究所・くらけんCafé  
TEL: 0224-26-6933  
〒989-0632 七ヶ宿町字田中道下39-2 (火・水曜定休)  
HP: shichikashuku-miyagi.co.jp



くら研HP

## えずこシアター 第26回公演 『ぐるりぐるり』

アメリカ演劇の旗手であるソートン・ワイルダーによる短編傑作「ロング・クリスマス・ディナー」を縦糸に斬新な切り口で構成劇に仕立てる!

◆日時: 8月24日(土) ①14:00開演 ②18:30開演  
8月25日(日) ③14:00開演  
◆料金: 一般/1,500円 U-24/700円

写真: 第25回公演

## えずこギター アンサンブルメンバー募集

10代から70代まで幅広い年齢層で楽しく活動しています。ギターの演奏や合奏に興味のある方、ぜひ一度見学にお越しください♪(年齢・経験不問)

◆練習日 毎週水曜日19時~  
◆参加費 月2,000円 (学生1,000円)  
◆対象 高校生以上(原則)

お問い合わせ ☎ 0224-52-3004 http://www.ezuko.com/ 柴田郡大河原町字小島1-1 info@ezuko.com

## 7月豊齢者大学 クラブ活動報告(前編)

①2日 1・2・3クラブ

丸森町大内地区を訪れ、史跡を巡りながら3.6kmの道のりを歩きました。勾配のあるコースでしたが、声を掛け合いながら歩くことができました。



▲旗巻峠の様子

②4日 園芸クラブ

ひまわりやブルーサルビア、日々草などの季節のお花から好きな色を選び、寄植えを楽しみました。



▲鮮やかな花に癒やされました

## 二十歳を祝う会実行委員会

昨年に引き続き、村山弘岳さんが実行委員長、大滝ななみさんが副実行委員長となりました。また、二十歳代表として、佐藤大丈夫さんと松川寧々さんも参加し、思い出に残るあたたかい会となるよう、企画・準備をしていました。



▲8月15日に本番を迎えます

## 婦人会館一日研修実施

7月19日、婦人会館一日研修を開催しました。保健会との合同開催で、各地区保健会の役員さんにもご参加いただきました。午前中は漢方の講座で葛根湯づくりを体験し、午後は杜の市場と、開発の進む

仙台駅東口周辺を見学しました。楽しみながら健康の知識も学習する充実した研修となりました。



▲婦人会館一日研修に参加の皆さん

## 水と歴史の館 企画展開催中

資料が語る町の歴史と文化財「七ヶ宿町水と歴史の館 収蔵資料展Ⅱ」

昨年で開館30周年を迎えた水と歴史の館で、歴史的価値の高い民俗資料や古文書、土器等を展示しています。ぜひご来館ください。

- 期間 7月21日~11月24日 ※月曜と祝日の翌日(土・日除く)は休館です
- 開館時間 午前9時~午後4時30分

## スポーツ・文化振興会からお知らせ

スポーツ種目において、県大会で優秀な成績を収め、東北大会・全国大会に出場される方をご紹介します。

- 令和6年度 全国高等学校定時制通信制体育大会(東京都世田谷区)
  - 【卓球大会】
    - 男子 シングル
    - 佐藤 零弥さん(白七校)
    - 女子 シングル
    - 我妻 華さん(白七校)
  - 【陸上競技大会】
    - 走幅跳
    - 大友 翔生さん(白七校)
- 第79回東北高等学校陸上競技大会(福島県福島市)
  - 4×100mリレー
  - 田部 一樹さん(白石高)

## 8月の予定

- 3日(土) 木版画ワークショップ
- 15日(木) 令和6年度二十歳を祝う会
- 20日(火) ジュニアリーダーと遊ぼう