

園芸クラブ始動しました

9月8日に、今年度初となる豊齢者大学園芸クラブを開催しました。6月に予定していた回が中止となり、皆さん待ちに待っただけあり、季節の花の寄せ植えを楽しんでいる様子でした。ゼラニウムの赤が映える素敵な作品に仕上がりました。



▲綺麗な花を前に自然と笑みがこぼれます

青少年指導者(兼ジュニア・リーダー初級)研修開催

中学1年生を対象に、7月3日に事前研修を行い、9月11日に実地研修を行いました。本来であれば、実地研修は1泊2日のキャンプを予定して

しちかし診療所 所長 阿部翔太郎

先日3年ぶりにわらじ祭りが開催され、大きな事故もなく無事大盛況で終えることができました。皆様も一安心されたのではないのでしょうか。

さて、今回は生活習慣病についてお話したいと思います。先日住民検診も終わり、9月中旬頃に結果が返ってくるかと思えます。高コレステロール血症、高血圧症、脂肪肝、糖尿病を指摘されている患者様は1年間の生活を見直すいい機会になると思います。これらの生活習慣病は薬剤によるコントロールだけでは不十分なことが多く、「運動」、「食事」と合わせて初めて改善されることも多いです。今回検診で問題となった方は間食をしない、1日30分の散歩などできることからやってみましょう。今回の検診結果で不安な点がございましたら、診療所でお気軽にご相談してください。

国道のゴミ拾い活動を行いました



9月11日(日)に七ヶ宿くらし研究所から宮城県境までの約5km区間のゴミ拾い活動と分別作業を行いました。ご参加いただいた皆さまに感謝を申し上げます。みんなで使う道路をみんなで美しく保ってゆきましょう。

※通称:くら研
七ヶ宿くらし研究所だより

10月の自然体験会のお知らせ

「ぶどう・りんご収穫会」「稲刈り体験会」を行います。どなたでも参加いただけるイベントです。秋の思い出にいかがでしょうか！詳しくは七ヶ宿くらし研究所のホームページをご覧ください。



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

子どもの本移動展示会

9月15日から26日まで、Book&Cafeこ・らっしえを会場に、県図書館から子ども向けの本をお借りした展示会を開催しました。幼児から中学生まで幅広い年齢が楽しめる本が並びました。



▲読書の秋を彩りました

広がってくれることを期待します。



▲真剣な眼差しで七ヶ宿焼づくりに挑戦！

スポーツ体験会参加者募集

〈中学校体育館〉
10月12日(水)、26日(水)
〈峠田遊林館〉
10月6日(木)、19日(水)

中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、中止いたします。
10月26日 学校音楽祭

10月の予定

- 2日(日) S J L C ぽっぽ組定例会
- 5日(水) 豊齢者大学ディスコクラブ
- 6日(木) 青少年劇場小公演ひとりオペラ「ペロ出しチョンマ」
- 7日(金) 豊齢者大学1・2・3クラブ
- 16日(日) 七ヶ宿ふるさと祭り
- 23日(日) 町長杯グラウンドゴルフ大会
- 27日(木) 豊齢者大学園芸クラブ