



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、実地研修は一日二日のキャンプを予定して

「七ヶ宿」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

お米のご注文承ります。町内なら無料で配送します。

農事組合法人ライスファーム七ヶ宿

電話・FAX : 37-2188 Mail : 7ricefarm@gmail.com



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



▲ロープの結び方も教わりました

事後研修では、無限陶房で「七ヶ宿焼づくり」を体験しました。マイカップとペーパーウェイトを作り、地域資源を生かした町の活性化について学びました。ぽっぽ組からダンスやレクリエーションゲームを教わり、楽しく交流することができました。今後も、地域に目を向け、活躍の場を

いただきましたが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け7月から延期し、プログラムを短縮しての実施となりました。事前研修では、ジュニア・リーダーの役割を学んだほか、白石消防署七ヶ宿出張所の方から怪我への対応や水辺でのトラブル対処法等を教わりま



▲真剣な眼差しで七ヶ宿焼づくりに挑戦！

広げてくれることを期待します。

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