

地区だより

…………… 令和6年8月1日発行

ほうらい

<地区人口と世帯数>

男 4,723人 女 5,192人
計 9,915人
世帯数：4,742世帯
(7月1日現在)

2024

8月号

蓬萊支所からのお知らせ

蓬萊地区夏祭り 8/4日

蓬萊ショッピングセンター駐車場で夏祭りを開催します。当日午前9時と午後4時の花火音が開催の合図です。盆踊りは午後6時20分頃から始まります。

こどもも大人もみんな一緒に踊ろう！
盆踊りに参加したお子様、団体の方には
景品をプレゼント！！

■問い合わせ

蓬萊支所 ☎548-4508

防除機の貸し出しを行っています！

例年6月～9月はアメリカシロヒトリが繁殖する時期です。蓬萊地区緑化木害虫防除協議会では防除機の貸し出しを行っています。

蓬萊地区の緑を守るためにも、町内会等での積極的なご利用をお願いします。



■問い合わせ

蓬萊支所
☎548-4508

福島市住民自治組織会長表彰 前蓬萊地区町会長連合会長 丹治 一夫 様

6月28日(金)、ホテル福島グリーンパレスで住民自治組織会長表彰式が開催されました。永年にわたり蓬萊地区町会長連合会長を務められた丹治一夫様が受賞されました。誠にありがとうございます。



蓬萊地区自治振興協議会

テーマ1 「蓬萊地区の交通対策について」

テーマ2 「蓬萊支所・学習センターの駐車場改修について」

6月27日(木)蓬萊学習センター分館ホールで、蓬萊地区自治振興協議会が開催されました。

地区内の町会長や地域団体の代表者、市からは木幡市長をはじめ関係職員が出席し、地区から提案があったテーマについて協議が行われました。また、協議のあと市長より市政説明があり、蓬萊地区の課題について、市長との活発な意見交換が行われました。



～暑さに負けない健康づくり～

① 質の良い睡眠をとりましょう

睡眠不足は疲労回復に影響するだけでなく、熱中症の要因にもなります。直接風が当たらないように調節しながら冷房や扇風機を利用し、夏用の寝具やパジャマなども活用するなど、環境を工夫しましょう。また、良い睡眠サイクルをつくるには朝起きたらしっかり朝日を浴びることが大切です。

暑い日が続くと、食欲が落ち、栄養不足になりがちです。食欲が湧くようにカレー粉などの香辛料や大葉などの香味野菜を使うなど工夫し、バランスよく食べることを心がけましょう。また、一日三食同じ時間に食べることでリズムができ、良い睡眠につながります。暑いからと冷たいものばかり食べていると胃腸を弱めてしまうため、温かいものも食べましょう。

② バランスのとれた食事を心がけましょう

③ 入浴時は湯船にしっかりましょ

湯船につかることは、深部体温が上がり良い睡眠につながる、血流が良くなることで新陳代謝が上がる・むくみが改善する、自律神経のバランスが整うなどの効果があります。入浴前後に水分補給をするなど熱中症対策をして入浴しましょう。

保健所 健康づくり推進課

蓬萊学習センターからのお知らせ

第49回 蓬萊地区文化祭のお知らせ

芸能・文化の秋を迎え、「蓬萊地区文化祭」がいよいよ開催されます。

【開催内容】 ●作品展示・学習発表会

10月5日(土) 午前9時30分～午後4時

10月6日(日) 午前9時30分～午後3時

絵画・写真・文芸・手芸・小中学生の作品など展示予定

※個人作品の展示については、8月7日(水)までに学習センターへお申し込みください。詳細は学習センター本館へお問い合わせください。



8月の行事予定

☆ほうらいレディースカレッジ

23日(金) タイ式ヨガ

☆ちびっこ教室

3日(土)～4日(日) 出かけて泊まろう！

☆ほうらい子どもひろば 夏休み企画

7日(水) 坐禅体験

☆蓬萊アカデミー

23日(金) 歴史「福島市の歴史」

☆蓬萊壽大学

7日(水) ものづくり教室「小物づくり②」

28日(水) 仲間づくり「合唱②」

☆メダカの学校

4日(日) 音楽療法

図書室からのお知らせ

◆◆◆楽しいお話や手あそびなどを用意しています。
お気軽にお越しください。◆◆◆

★おはなしのくれよん(4歳から小学生まで)

17日(土) 午前10時30分～11時

★おひざにだっこのおはなし会

(3歳までのお子さんとその保護者)

25日(日) 午前10時30分～11時

★「ふくしま読書の日」

24日(土) 〈貸出2倍デー〉

貸出冊数が通常10冊のところ20冊まで可能です。
ぜひご利用ください。

■休室日／毎週火曜日、12日(月)、30日(金)

夏休みの宿題は学習センターでやろう！

主催事業や団体利用がない場合は、施設を「個人学習」利用として開放します。

当日の使用状況を電話で確認のうえ、本館窓口へお越しください。

◇利用時間：午前9時～午後5時45分



蓬萊短歌会

蓬萊文芸

厨ごと解かれたき日と思ひつつ
待つ人 在りて 帰りを急ぐ

横山 秀子

あれやこれあれはこうしてと
シミュレーション 完璧なるに
春は過ぎゆく

松浦よし子

凜として

「地に還ります」と空仰ぎ
落ちる椿の気風に憧れ

佐藤登代子

わが庭の

松のふるさと松原は
伐られ起こされタンクの群建つ

橋本 清

春の木の

名がジャポニカで世を制せり
真赤な椿が五輪応援

氏家 章次

