



暮らしの歳時記

立秋：8月7日ごろ

二十四節気のひとつで、厳しい残暑が続きますがこの日から暦の上では秋となります。

これからは少しずつ涼しくなり、秋の気配が漂いだす頃です。また、立秋を過ぎたら翌日からの暑さを「残暑」と言います。時候の挨拶も残暑のことばが使われ、立秋を過ぎたら「暑中見舞い」も「残暑見舞い」に変わります。「暑中見舞い」は、暑中にお盆の供物や夏負けを防ぐ食べ物を持参して挨拶をする習慣が大正時代に簡素化され、挨拶状をやとりするようになったものです。

役員会(R3.7.9)からの伝言板

・協力事業部 (詳細は配布済の「令和3年度 健康づくり推進課 協力事業役割分担表」をご覧ください)

➢令和3年度 特定保健指導事業「リフレッシュウォーキング」

令和3年11月 1日(月) 担当\_1班 太陽が丘コース

令和3年12月 8日(水) 担当\_2班 大吉山コース

令和4年 2月 2日(水) 担当\_3班 天ヶ瀬ダムコース

➢ウォーキングマップ作成事業

本年度は新型コロナウイルス感染症のまん延から、健康づくり推進課よりワクチン接種等の業務多忙につき作成コースを2コースから1コースへ縮小するとの報告。

作成会議は9月からの予定が12月9日からスタート(6回開催)に変更

➢市民スポーツまつり 10月10日(日) 詳細は検討中

・研修事業部

➢会員募集

1) 4名の方が入会の運びになりました。・・・1面に詳細掲示

入会者には8月例会時に“入会証”を授与する。

2) 現在の申込み者(準会員) 1名 西崎 久美子さん

・ウォーキング事業部

➢ゆったりコース：9月8日(水) 背割から淀方面 半日コース 予備日 9月10日(金)

・・・詳細は配布案内書を参考にしてください。

➢若葉の会、Nantan健歩会との交流会は新型コロナウイルスの影響により保留中であり

ゆったりコース10月、 健脚コース11月or12月開催を検討しています。

➢クリーンウォーク 10月22日(金) 3コースで実施する。

➢月例会備品引継ぎ品の簡略化・・・配布済(6月22日)資料を精読願います。

➢会旗を老朽化に伴い更新します。(20周年事業の一環として)

1) デザインも新にします(新会旗のデザインは1面を見て下さい)。

デザインの選考は、現行旗を含めサンプル画像5点にて役員の挙手

にて選定を行いました。(新会旗案に12名中11名が賛同)

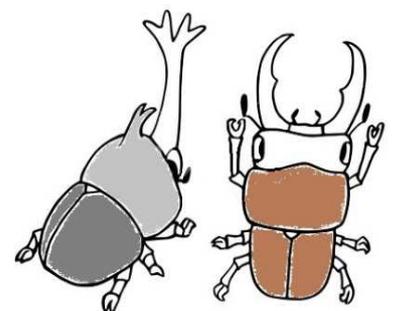
(なお、紙面の場合、色彩は本会ホームページにてご確認ください)

2) 各班の管理備品として

大旗 1本、小旗 4本 合計15本を新調購入する予定。

・その他

退会者のお知らせ：3班所属 野畑 晃さん 健康上の理由



編集後記

皆さん、新型コロナワクチン接種はお済ですか？ 副反応は大丈夫でしたか？

8月は夏真盛りなのにワクチン接種を2回行ったといえども、まだマスク着用は厳守です。マスク着用により熱が逃げにくくなり、体温調整がしづらくなり熱中症のリスクは高まります。

外出時には人との距離を2m以上取りマスクを外したり、こまめな水分補給や涼しい服装、日陰等を利用するなどの熱中症予防をし、くれぐれもご自愛くださいませ。