

かわら版

自主事業報告

5月

・おとなのならいごとツース
～健康麻雀編～第2期・3期

ゴミアラHPI
ぼるよー→



1月14日～3月31日の毎週日曜日に健康麻雀の2期・3期の講座を行いました!

今回の2期・3期は、実は10月開催した時に応募してくれた方々なのですが、あの時は受付開始とともに定員になってしまっ、こんなにたくさんの方が応募してくれて申し訳ないということで「2期生・3期生で開催しますか!!」ということになり1月～3月で2期生(午前中) 3期生(午後)の講座を行いました。

1期開催時に初回は少人数の方が教えやすかったかもとのことだったので初回は4人ずつ講座を行いました。



2回目以降は2期生8人・3期生8人での講座でした。

2期生も3期生も始めは不安そうな表情をしていましたが回数重ねるごとに表情も明るくなり、わからないながらも



楽しんでくれています。1期生の方もそうだったのですが、

点棒計算がいまいちわかりづらいのかな という印象でした。

これは、かつは麻雀をやりがら覚えろしかない!!

2期生も3期生もサークル化されたので頑張っ覚えていてほしいです!!

5月には1期生～3期生対象で交流戦を行うことになっています。

みなさんの実力がどれくらいになっているのか、楽しみです😊

自主事業予告

○己書幸座 ~全3回~ 5/15 受付開始

6月8日(基礎編) ←初心者OK	参加費 1500円	} 10:00 ? } 11:30
7月13日(応用編1) 暑中見舞状	2500円	
8月3日(応用編2) 夏のお題	2500円	

市内在住・在勤の方(小学5年生以上) 各回先着8人

※体験幸座を受講したことがない方は必ず1回目(基礎編)を受講してください。

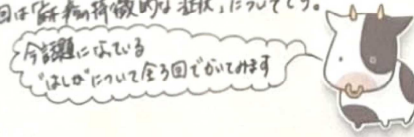
○アロマ講座 ~全2回~ 6/1 受付開始

第1回 → 6月16日 ふんわり香るおみそ汁のアロマソープ作り	} 10:30 ~ 11:15 先着6人 } 11:200円(2回分)
第2回 → 6月23日 作!おまじない!ハンドソープ作り	

2回参加出来る方優先です。

① 薬剤師の豆知識～麻疹について①
 「はしか」として昔から知られている麻疹は麻疹ウイルスが原因とされる感染症です。
 症状としては高熱と発疹(皮膚が赤くなる)があります。
 1週間前後で熱が下がり発疹も消えることが多いため、しかし、1000人に1人程度の割合で脳炎や髄膜炎(脊髄の炎症)や肺炎や数年ごとく繰り返すことがあり、重症感染では発疹が下がり、肺炎等に例外的とされています。

現在、この麻疹ウイルスに対する薬はありません！
 感染した場合は自然に治癒するのを待ちます。
 ですが、麻疹ウイルスは空気感染・飛沫感染・接触感染が主で、感染者1人が12～18人ほどに感染するという感染力が強いウイルスです。予防としては生後1ヶ月の予防接種が有効です。
 2回目は麻疹ウイルスの抗体が下がります。



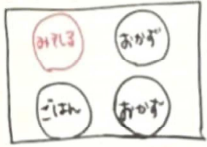
やってみよう講座のお知らせ

「やってみよう講座～ヨカと玄米ベジごはん～」 6/1 受付開始
 ① 6月13日(木) 陰陽ヨカ骨盤～上半身編～ 10時～12時 参加費無料：先着16人
 ② 6月15日(土) 陰陽ヨカ骨盤～下半身編～ 有機玄米ごはん調理：9時～15時
 → 参加費1300円(材料費)：先着8人：市内在住・在勤の方
 コミプラで活動されているムスビヨカの眞武香織(まぶかおり)さんが講師をさせていただきます!! 両日参加でも片方だけ参加でもOK! 最少催行人数ヨカと玄米ベジごはんで心身の陰陽バランスを整えましょう! ①2人 ②4人
 ※ヨカマットレンタルは別途300円必要です。

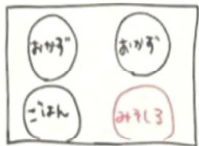
コミプラスタッフの疑問!! みんなはどっち??

関東と関西で、味噌汁(みそ)を置く位置が違うのをみなさん知っていますか?
 東京出身の職員みそ汁は、ごはんが左、味噌汁が右手前でした。
 関西の方は、ごはん左、味噌汁は左奥に置くそうです。
 コミプラスタッフが雑談中にふと気になったそうなので、みなさんにお聞きします!
 みなさんはどっちに置きますか?? ツールをばって教えてね! (好きな色でOK!)

関西(左奥)



関東(右手前)



その他

その他の人は ツールをばって コミプラスタッフにどっちを置くかを教えてね!!

学びのコーナー

5月の誕生月の花 ⇒ ロンクバラ

春の終わりから初夏、5月から6月頃にかけて咲くことが多く、可愛らしさの中に凛とした美しさがあります。種類によって色の濃淡や花びらの枚数、大きさ、形が異なり見た目の印象はさまざまです。

ロンクバラの花言葉 → 感謝、幸福、しとやか、上品、恋の望み など
 色の濃淡や彩度によっても意味が少し変わります。
 うすいロンク → 誇り 濃いロンク → 感謝 (赤いロンク → 成熟した愛)

リンゴのつばき
 まだ夏じゃないのに暑い
 夏にはまだ早いリンゴ
 水が補給忘れず!!

