

◆◆8月の短期講座◆◆

チャレンジ折り紙

~夏野菜を折り紙で折ろう~

- ・日 時：8月3日（土）  
13時~15時
- ・場 所：つばき会館4階 407・408室
- ・対 象：小学生以上の方（おとな、こどもを問いません）
- ・定 員 先着20名
- ・参加費：500円（受講料+材料費）
- ・講 師：門田 サナエ さん（日本折り紙協会講師）
- ・持参物：筆記用具、はさみ、木工ボンド、マスク

小学生も歓迎！！  
夏野菜のキュウリ ナス トマトなどを  
作ります！



◆講座受講申込受付は、7月20日（土）8時30分からです。

生涯学習センター窓口へおいでください。（先着順に受付、参加費は当日徴収）  
※電話やEメールでの申込みはできません。（代理申し込み可）  
一度納入された参加費（受講料・材料費）は、途中でキャンセルされてもお返しできません。また、受講生が少ない講座は開講しないこともありますのでご了承ください。



一日だけの  
子どもクッキングスクール

~自由研究には料理がおすすめ！~

- ※子どもだけで料理をします！
- ※保護者の見学も歓迎します！

小学生の皆さんに「料理の楽しさ、手作りのあたたかさを知って欲しい」  
元気な家族とは、食事を大切に、みんなで作って食べる食卓、夏休みです。思い出  
いっばいに、買い物して、食べる人の嬉しい笑顔を思いながら、おもてなししましょう。  
日常作って食べさせてくれる人に感謝することを学ぶこともできますよ。  
野菜をいっぱい使って楽しい  
クッキングをお楽しみに！

受講の様



- ・日 時：8月10日（土）10時~13時
- ・場 所：つばき会館5階  
506室（調理室）
- ・対 象：小学生（全学年）
- ・定 員：先着16名
- ・参加費：1,200円（材料費+保険料）
- ・講 師：白樺 悦味 さん



# 熱中症予防のために



## 暑さを避ける!

❄️ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節



❄️ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用



❄️ 外出時には日傘や帽子を着用



❄️ 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩



❄️ 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用



❄️ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



⚠️ 『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

## 夏は熱中症に注意



ギラギラ  
太陽パワー

呉市の平均気温(°C)							
統計期間			1991～2020(資料年数30年)				
1月	6.1	7月	26.5	11～1月	9.4	5～7月	22.6
2月	6.5	8月	27.9	12～2月	7.0	6～8月	25.6
3月	9.6	9月	24.5	1～3月	7.4	7～9月	26.3
4月	14.4	10月	19.2	2～4月	10.2	8～10月	23.9
5月	19.0	11月	13.6	3～5月	14.3	9～11月	19.1
6月	22.4	12月	8.4	4～6月	18.6	10～12月	13.8
年間							16.5

高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、熱中症になる恐れがあります。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症します。体調の変化に気をつけて熱中症による健康被害を防ぎましょう

## 呉少年合唱団だより

QRコード



呉少年合唱団の活動  
がご覧いただけます!



### ひびけ うたごえ! ときをこえて

—呉子どもカンタービレ&呉少年合唱団定期演奏会スペシャルステージ 参加者募集—

疲れた心を癒やし、前を向く者の背中を押してくれる音楽の力。時には出会いを演出してくれることも・・・ふだんは遠い所にいて会えない人に出会ったり、近くにいるのに長い間会わなかった人に出会ったりするような。その距離が遠いほど、その時間が長いほど喜びは大きく・・・偶然を越えて「奇跡」を感じる瞬間。

そんな音楽の力を一人でも多くの子どもたちと供にしたいと、いつも思います。

届けよう歌声にのせて。あなたへ、遠いあの人へ、思い出のあの人へ、未来のあの人へ。

ひびけ うたごえ! ときをこえて・・・仲間と供に歌う楽しさを分かち合おう。

今年も「呉こどもカンタービレ」と「呉少年合唱団定期演奏会スペシャルステージ」の参加者を募集します。詳しくは本センター設置のチラシをご覧ください。

- 8月の休館日は、19日(月)です。
- 呉市生涯学習センター受付時間(施設の使用申請や講座の申込など)
  - 平日: 8:30～19:00
  - 土・日、祝日、休館日: 8:30～17:15
- 「かもめニュース」は呉市のホームページからご覧いただけます。  
「呉市生涯学習センター」で検索してください。



かもめニュースは  
こちらから!