

見好公民館だより

令和8年2月号 vol.21

発行：見好公民館
住所：かつらぎ町東茨田 50
TEL&FAX：0736-22-6917
発行部数：620部



文化祭作品展の様子

昨年11月29日・30日の2日間にわたり“文化祭作品展”が開催されました。出展して下さる作品数が少なくなったため展示スペースを少し減らしましたが、お茶席を設け、お抹茶とお菓子のセットを提供しました。休憩所では挽きたてのコーヒーの提供をボランティアでしていただきました。

また、駐車場においては、野菜販売に加え、一般公募による露店出店もあり、公民館は大変賑わいました。

文化祭を通して、公民館が住民の方々の憩いの場となれば嬉しく思います。文化祭に関わって下さった皆さまに深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

これからも見好地区の発展にご協力をよろしくお願い致します。

来館者数：のべ198名（2日間） 出展作品数：381作品



今月の行事のお知らせ

- 7日 見好地区防災フェスタ
- 11日 建国記念日のため休館
- 19日 健康教室（口腔ケアについて）
- 21日 歴史探訪
（伏見稻荷神社・東寺ほか）

2月の健康教室は
2月19日（木）
13:30~15:00

となります。
皆さんご参加ください。

渋田小学校 2月行事予定 ※変更になる場合もございます。

- 1日（月）交通指導
- 9日（月）職員研修のため
下校 14:20
- 10日（火）食育事業（5・6年）
- 16日（月）交通指導
読み聞かせ（6年）
- 18日（水）誕生集会 専門委員会
- 20日（金）学習発表会 13:20~
学級懇談会 15:00~
学校運営協議会 15:00~
- 24日（火）手話教室（4年）

かつらぎ町の公民館は、
火・水・木・金・土（日曜日と夜間は要予約）

時間帯/曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00-17:00				開館			
18:00-22:00	休館			要予約			

※祝日及び年末年始は休館です。
※その他都合により休館にしている場合があります。



MUSIC FESTIVALの様子

昨年12月21日、降りしきる雨の中、見好公民館初の音楽イベント、“MUSIC FESTIVAL”が開催されました。あいにくの天気の中、また初めての催しとあって正直どれくらいの方が来てくださるのかとても心配でした。が、開場時間が近づくにつれ、受付にはたくさんの人が集まってくれ—安心。

いよいよ開演です。トップバッターは一般公募からの箏演奏、きょうだいでピアノ演奏と続いたのち、Piacere リコハモ隊、CCTBのメンバーが演奏、そしてラストはクラシックパフォーマンスの演奏となりました。

クラシックパフォーマンスさんの演奏後、いきなり観客の方からのリクエストがありました。さすがです。即興でリクエストに応えてくださり、場は大盛り上がりしました。

すべての演奏終了後に「明日があるさ」を会場の皆さんと一緒に合唱し、最後はビンゴゲーム大会でまたひと盛り上がりして閉会となりました。

本当にステキな時間を皆さんと共有させていただきました。

ありがとうございました。

観客数：74名（演者含む）



知っていますか？

ヒートショックについて



急な寒暖差により血圧が変動することで、不整脈や心筋梗塞や脳卒中などの心臓や血管の病気が起こること

暖かい部屋→寒い脱衣所・浴室→熱い湯船に浸かる

室温の急激な変化に対して、体温を調整するためにブルブルと筋肉を震わせる

血管が細くなると、縮むため、血液が流れにくくなり血圧が上がる

すると、急上昇していた血圧が、これによって急下降する

同時に血管を細くして、皮膚の直下に流れる血流を減らすことで、体の熱を外に逃がさないようにする

熱い湯船に浸かることで、血管が拡張される

心臓や脳の血管へ大負荷！

😡 こんな方は要注意！ 😡

- ・65歳以上
- ・高血圧、糖尿病の持病がある
- ・飲酒や食事直後に入浴する
- ・心臓（狭心症、心筋梗塞）の病気になったことがある
- ・脳血管（脳出血、脳梗塞）の病気になったことがある
- ・熱いお湯（42℃以上）に長く浸かる習慣がある

