



たちばな

北部ふれあいセンターだより

回覧

令和8(2026)年
8月5日発行

北部ふれあいセンター 〒427-0032 島田市神座397番地の1 ☎ 32-1100 FAX 32-1102 ✉ hokubu-c@city.shimada.lg.jp

梅雨明け後に高温が続いた先月の下旬、敷地の端の草陰に大きなカタツムリを見つけました。でも、角も殻も出さず、殻の入口には膜を張っています。これはカタツムリの「夏眠」。高温と乾燥で体内の水分が蒸発しないよう、じっと耐えていたのです。無事に猛暑を乗り切れるようにと祈り、そっと葉っぱを被せておきました。

今年は8月7日が立秋。暦では秋が始まりますが、猛暑はまだまだ、いやというほど続きます。人間は夏眠ができないので、とにかく暑さを避ける。水分・塩分を補給する。体調管理にも十分留意し、乗り切りましょう。センター1階の図書コーナーは学習室として、また、島田市の地域図書館として、常時冷房をつけています。クールシェアスポットとしても、どうぞご利用ください！



センター講座2件の募集を開始しました

「初めてのフラ」～ハワイアンフラ体験講座～

☆心地良い音楽に合わせ、笑顔でゆったりと踊ります



日時：10/3(土) 13:30～15:00

受講料：200円 申込締切日：9/24(木)

「アイシングクッキーワークショップ アラウンド ハロウィン」

～親子で楽しくクッキング2026～



日時：10/17(土) 13:30～15:00

受講料：大人200円／小学生100円

教材費：1組につき1,500円 申込締切日：10/7(水)

7/17(金) 神座・鵜網さわやかクラブで夏祭り！



七夕飾りの短冊に願いを書いて、お楽しみ抽選会のあとは皆でゲーム大会！スタッフの皆さんの浴衣姿も素敵でした♡

7/10(土)の伊太・相賀ふれあいクラブは「Music of Mind」の皆さんによる音楽ライブ！



神奈川県藤沢市の「ミュージック オブ マインド」は、知的障がい者が音楽を仕事として働いている福祉施設。各所でライブを開催して笑顔と感動を届けています。この日ははるばる島田まで。元気一杯のステージを見せてくださいました！帰りに寄ったトーマス号も楽しんでもらえたでしょうか♪

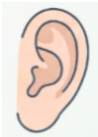


旧大長地区の人口と世帯数（令和8年7月末日現在）

3,488人 前月同期（令和8年6月末日）より 4人減
（男女内訳：男 1,746人／女 1,742人）

1,439世帯 前月同期（令和8年6月末日）より 1戸減

つらい「お天気病み」（低気圧頭痛）に！ 耳下腺（じかせん）リンパへのアプローチ



～「自宅で簡単！セルフリンパケア」の天野先生にお聞きました～



「いつでもどこでも手軽にできるリンパケア。それは、耳の周りにある『耳下腺リンパ』へのアプローチです。場所は耳の前からあごの後ろにかけて。実は、耳周りが硬くなると、聞こえにくさを感じたり、気圧の変化や雨の日の頭痛につながったりすることがあります。

耳たぶの裏にある、『少しくぼんだ部分』を、優しく押してみてください。

これだけで、耳周りのリンパの流れを整えることができますよ。」

リンパセラピスト・リンパセラピスト養成講師 天野 早央里

熊本の地震で被災された皆様に
衷心よりお見舞い申し上げます

震災により亡くなられた方々のご冥福
をお祈り申し上げます

不自由を余儀なくされている方々に、
心からお見舞い申し上げます

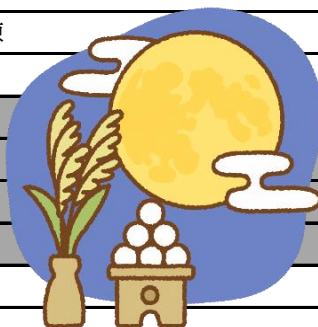
猛暑の中で震災対応にご尽力されて
いる皆様方に、心から敬意を表させて
いただきます

被災されたすべての方々に一日も早く
安心、安全な日常が戻ってくることを、
心からお祈り申し上げます

島田市北部ふれあいセンター

September 北部ふれあいセンター 令和8年9月の予定

日	曜日	行事など	図書貸出・返却
1	火	子育て広場北部ふれあいセンター	○
2	水	60歳からの健康体操	○
3	木	短期運動指導教室ほくぶ、第一地区民生委員・児童委員協議会	○
4	金	伊太・相賀ふれあいクラブ	○
5	土	工作教室、神座・鵜網自治会（地域敬老会準備）	○
6	日	神座・鵜網地域敬老会	○
7	月	休館日（月曜日休館）	×
8	火	北部デイサービスセンター	○
9	水		○
10	木	短期運動指導教室ほくぶ	○
11	金		○
12	土	自宅で簡単！セルフリンパケア、神座大井神社打合せ	○
13	日		○
14	月	休館日（月曜日休館）	×
15	火	島田市社会福祉協議会	○
16	水		○
17	木	短期運動指導教室ほくぶ、リラックスヨガ	○
18	金	神座・鵜網さわやかクラブ、自衛消防訓練	○
19	土		○
20	日	休館日（第3日曜日休館）	×
21	月	休館日（敬老の日・月曜日休館）	×
22	火	休館日（国民の休日）	×
23	水	休館日（秋分の日）	×
24	木	短期運動指導教室ほくぶ	×
25	金		○
26	土		○
27	日		○
28	月	休館日（月曜日休館）	×
29	火	ほほえみ学級	○
30	水		×



※この予定表には、「市の事業」と「地元自治会関係等の行事」を掲載しています