

# 広報 東湊だより 7 月行事予定

令和5年7月発行第64号  
 発行元：東湊地域づくり協議会  
 TEL：52-5319/FAX：52-5390  
 ※予定内容は変更になる場合があります。

月	火	水	木	金	土	日
		5	6	7	8	9
梅雨が明け、本格的に暑い夏の季節に。 海開き・山開きがあり海水浴客や登山客で賑わう。 多くの子どもたちが夏休みに入り、夏の行楽シーズンが始まる。 土用の丑の日(30)日にはウナギを食べて体力回復を。		こ：もぐもぐお料理教室 小：委員会活動 中：学年交流会 穴子の日 太鼓サークル	こ：お話し会 小：ALT・本とも号来校(低) 中：3年実力テスト サラダ記念日 ビートコアウォーキング	こ：七夕の集い・のひのひデイ 小：ICT来校・水辺の安全教室 中：1年ピュアキッズ、ICT・生徒指導サポーター来校 七夕 大正琴サークル	民児協定例会13:30- 中：県大会(体操・バスケ)・通信陸上 チキン南蛮の日 生花教室	休館日 中：県大会(体操・バスケ)・通信陸上 クレープの日
10	11	12	13	14	15	16
小：本とも号来校(高)・縦割り活動 中：学年交流会・2.3年MJタイム 納豆の日 太鼓サークル	シェイクアウトいしかわ11:00- 小：ALT・外専・SC来校 ラーメンの日	こ：街を美しく支隊 中：後期生徒会役員選挙公示 豆腐の日 太鼓サークル	こ：温水プール 小：ALT・外専来校、薬物乱用防止教室 中：読書サロン もつ焼きの日 ビートコアウォーキング	こ：キッズトレーニング 小：安全点検日 中：生徒指導サポーター来校 ゼリーの日	こ：ちびっこカーニバル 中：県大会(野球・サッカー・水泳・柔道 ソフトテニス・バド・バレー) マンゴーの日 生花教室	休館日 中：県大会(野球・サッカー・水泳・柔道 ソフトテニス・バド・卓球・バレー) 鮎の日
17	18	19	20	21	22	23
海の日 中：県大会(野球・サッカー・卓球) マドレーヌの日 健康マージャン	こ：身体計測 小：ALT・外専・ICT来校、6年非行被害防止講座 中：通知表渡し(1年) ホタテの日	中：通知表渡し① 桃の日 太鼓サークル	こ：夏祭り1日目 小：ALT来校、大掃除・終業式 中：通知表渡し②・終業式・学年集会 ハンバーガーの日 ビートコアウォーキング	カフェひがしみなと10:00- ※裏面 こ：夏祭り2日目 漬物の日 大正琴サークル	休館日 中：石川県吹奏楽コンクール ナッツの日	休館日 中：石川県吹奏楽コンクール カシスの日
24	25	26	27	28	29	30
こ：お茶会 中：2年学年登校日 削り節の日	こ：たまごっこクラブ 小：個人面談(あゆみ渡し) 中：2年わく・ワーク体験 かき氷の日 ※裏面	小：4年個人面談(あゆみ渡し) 中：2年わく・ワーク体験 プルーンの日 太鼓サークル	子供絵画教室10:00- こ：千寿苑夏祭り(鼓笛披露) 中：2年わく・ワーク体験 スイカの日 ビートコアウォーキング	こ：避難訓練 中：2年わく・ワーク体験 菜っ葉の日	白だしの日 生花教室	梅干しの日 健康マージャン
31	8/1	2	同も食べよう! 野菜・果物・旬魚 熱中症対策におすすめ! ビタミンC・ビタミンB1・クエン酸			
こ：誕生会 中：2年学年登校日 そばの日	パインの日	カレーうどんの日	野菜：ピーマン・サヤインゲン・ミョウガ 果物：スイカ・パイナップル・マンゴー 旬魚：ウナギ・カンパチ・スズキ・マダコ ビタミンC 赤ピーマンなどカラフルな野菜 ビタミンB1 玄米・モロヘイヤ・豚肉など クエン酸 梅干し・レモン・酢			

【こ】 東みなとこども園 【小】 東湊小学校 【中】 七尾東部中学校 余技サークル(太鼓・ビートコア・大正琴・いけ花・健康マージャン)



## スマホ教室



スマホ  
初心者の方  
もっと使い  
こなしたい  
という方!

スマホの使い方  
お困りございませんか?

専門のスタッフが  
親切・丁寧にサポート!  
分からないこともお気軽に  
お聞きください!

7月25日(火)

- ① 13:00~14:00  
「インターネットを使おう」
- ② 14:30~15:30  
「アプリを楽しもう」



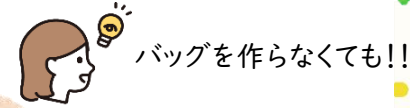
場所: 東湊地区コミュニティセンター 研修室  
申込: 東湊地区コミュニティセンター 52-5319



## もうこそ! カフェひがしみなど



今回はエコクラフトテープを使ったミニバッグを作ります!  
初心者の方でも気軽に始められますよ!  
集まったみなさんとお話しながら、ゆったりと作ってみませんか?



カフェひがしみなどは...  
お茶を飲んでおしゃべりしたり、塗り絵やクロスワードパズル、マージャン、時には先生を招いて何かを作ったりと楽しく時間を過ごし、みなさんの憩いの場になることを目的としています。

開催日: 7月19日(水)  
時間: 10時~11時30分  
場所: 東湊地区コミュニティセンター  
参加費: 無料



地震発生を想定して、防災意識の  
更なる向上を図る訓練です!

### シェイクアウトいしかわ

県民一斉防災訓練

令和5年 7月11日(火) 午前11時

短時間で、どこでも、誰でも、気軽に参加できる訓練です。

地震を想定した身の安全を守る「3つの安全行動」を実践!

- ①しゃがむ: 揺れで転倒する前に姿勢を低く!
- ②隠れる: 机の下などに入って頭や首を守って!
- ③じっとする: 揺れが収まるまでじっとして!

シェイクアウトの基本行動は、

- ① 指定された日時に
- ② 地震の揺れから身を守る安全行動を
- ③ 各人がいる場所で1分程度一斉に行う

さらにプラスワン

- 避難経路・経路の確認
- AED体験
- 持ち出し品の確認
- 防災知識を身に付けておこう

お知らせ

【事前参加登録と訓練開始の合図メール配信の廃止について】  
これまで、事前に参加登録をいただいた方々に、訓練開始の合図メールを配信していましたが、「事前参加登録」と「合図メールの配信」は、今年の訓練から廃止いたします。  
訓練を実施する旨は、それぞれの場所で自主的に安全行動を実施していただきますようお願いいたします。

お問い合わせ: 〒920-8580 金沢市坂月1-1 石川県危機対策課  
TEL: 076-225-1483 FAX: 076-225-1484 E-Mail: e170700@pref.ishikawa.lg.jp

これからの時期、家庭でも気を付けましょう!

食中毒を予防する3原則  
『つけない』『ふやさない』『やっつける』  
を学び、実践しましょう

- 1 清潔: 菌をつけない  
● 食品の取扱いは清潔に  
● 手洗いを徹底しよう  
● 健康管理を心がけよう
- 2 迅速: 菌をふやさない  
● 調理後は速やかに提供  
● つくり置きをしない  
● 保存は10℃以下または65℃以上
- 3 加熱: 菌をやっつける  
● 加熱調理は75℃で1分以上



熱中症は「気づく」ことで防げます。「私は大丈夫」ではなく、  
「みんなで気をつける」ことで熱中症をゼロにしましょう。

湿度が高いと汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすくなるため、熱中症のリスクが高まります。  
梅雨の時期も、室内の湿度を確認して、通気性の良い素材の服装を選ぶなど、対策を心がけてください。

## 募集中! 小学生対象

### 夏休み防災センター見学ツアー



親子で友達と見て・聞いて・体験してみませんか?  
暴風体験や煙体験、その他にも学びのコーナーがたくさんあります。  
この機会にぜひ体験してみましょう!  
お昼は富山名物「ますのすし」工場見学もできます!  
科学博物館では鳥類標本を一挙に大公開!!  
どんな鳥がいるか見て学びましょう!!



日時: 令和5年8月1日(火) 午前8時出発 午後5時到着予定

場所: 富山県四季防災館・源ますのすしミュージアム・富山県科学博物館

参加費: 大人¥1,000 小人¥500

※4~6年生のお子様は、お子様だけの参加も可能です!

お申込: 東湊地域づくり協議会 52-5319

大集合!  
富山の鳥たち

2023年 7月15日(土)~9月3日(日)