



## 【コミセン講座の様子】



パン作り教室  
7月6日(木)

2回目の講座は「揚げないコロッケパン」を作りました。名前の通り、油で揚げず、パン粉を付けたパンをオーブンで美味しく焼き上げました。



2回目の講座は「中華料理」に挑戦しました。鶏ガラスープに始まり、春巻、麻婆豆腐、青椒肉絲、酸辣湯を作りました。調理室いっぱい中華の香りが広がり、賑やかで楽しい教室になりました。



クッキング教室  
7月18日(火)



☆講座の様子は、浜四郷コミセンのInstagramからご覧いただけます。Instagramでは、コミセン講座のほか、まち協での事業や、子ども教室の様子なども配信しています。



左のQRコードを読み取り、  
チェックしてくださいね☆

## \* 三国町小学生 野球・バレーボール大会 \*

がんばれ～！

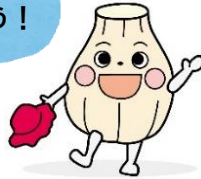
### ～浜風・浜竜野球チーム～

開催日…7月29日(土)～31日(月)  
場 所…三国運動公園野球場

メンバー

- 6年生…村上 朔優さん、村上 颯さん、  
藪 悠希さん、浜田 慎太郎さん
- 5年生…河合 さくらさん、内田 龍成さん、  
西 悠希さん、宮永 陽生さん、濱中 空利さん
- 4年生…土橋 怜央さん
- 1年生…河合 涼真さん、宮永 莉彩さん

みんなで  
応援しよう！



### ～浜風バレーボールチーム～

開催日…8月5日(土)～6日(日)  
場 所…三国体育館

メンバー

- 6年生…鷺田 彩乃さん、中山 由菜さん、  
大嶋 一羽さん、橋野 萌花さん
- 4年生…田嶋 凜佳さん
- 2年生…近藤 由菜さん
- 1年生…大嶋 美羽さん、宮永 莉彩さん



かつ飛ばせ～！



アタ～ック！



#### ◆藪 悠希キャプテンからひとこと

キャプテンとして、のぞむ分団最後の大会なので、チーム一丸となって優勝目指します!!

#### ◆チームの大会への意気込み

最高のメンバーで、目指すは優勝のみ。  
信じ合い、団結し、全力で優勝を成し遂げる!!

#### ◆村上 正和監督からひとこと

野球は競技ですが、それ以上に楽しむことが大切です。  
仲間と一緒にプレーする喜びを感じ、笑顔でプレーしてほしいです！

#### ◆鷺田 綾乃キャプテンからひとこと

キャプテンとしてチームを笑顔でひっぱっていけるように自信をもってプレーします。

#### ◆チームの大会への意気込み

練習してきたことを精いっぱい出し切って、浜竜らしく自信のあるプレーで大会を楽しんで優勝を目指します。

#### ◆戒 龍児監督からひとこと

夏の大会で連覇するために1年間練習してきました。  
子供達、保護者、指導者全員で優勝を勝ち取りに頑張ってください。浜四郷の方々の応援よろしくお願いします！



# こしの医院 越野 雄祐先生の ～健康コラム～



今年も蒸し暑い季節になりました。早くも熱中症のような症状で受診される患者さんも出てきました。しかし今年の初夏は何と言っても感染症の患者さんが激増しているのが大きな特徴となっています。新型コロナウイルス感染症が2類から5類になってから、実際の感染者数が見えにくくなっていますが、今もなお少しづつ増えてきています。全国を見渡せば沖縄県が突出して感染者が増えているようです。そして沖縄は代表的な観光地です。多くの人が入り出があります。そのうち全国的な感染者増加につながるかもしれません。今後も基本的感染対策を忘れずをお願いします。そして他にも特徴的な現象として、季節外れのインフルエンザの流行というのがありました。本来は冬の感染症であるインフルエンザが5月から6月にあちこちで小さな流行を起こしました。もともとインフルエンザ感染症が1年を通して発生することは知識としては知っていましたが、実際にこの時期に患者をみることは長年の経験上ありませんでした。これも新型コロナウイルス感染症蔓延の影響と考えられています。そしてお子さんの風邪の大流行です。もともと初夏から盛夏にかけてはいわゆる夏風邪が小さなお子さんの間で流行するのが常でした。

これが今年例年になく大流行しているようです。代表的なものとしてはヘルパンギーナがあります。これは高熱とともに咽頭に水泡ができて痛くなる病気です。これが手や足にも発疹ができれば手足口病になります。このヘルパンギーナが一時期例年の何倍ものペースで増加しました。特効薬は無く、検査も無く、対症療法だけの病気ですが、小さなお子さんが高熱と咽頭痛で食事ができなくなったりすると具合が悪くなることもあります。他にもアデノウイルス感染症やRSウイルス感染症、ヒトメタニューモウイルス感染症などの風邪症状を引き起こす感染症も軒並み増加しています。これに加え、ノロウイルスに代表される胃腸感染症も今後増えてくるでしょう。親御さんも医療関係者も小児の発熱に振り回される時期が、まだしばらくは続いていきそうです。しかし、どの病気も適切な対応をすれば重症化することはほとんどありません。感染予防も特別なことは必要ありません。こまめな手洗い、適宜マスク着用、他家族(特に高齢者)にうつさないような気くばりが重要です。夏休みを健康に楽しく過ごせるよう、皆さん十分気をつけてください。(7月11日投稿)

## <8月講座等予定表>

日	曜日	コミュニティセンター	臨海体育館	日	曜日	コミュニティセンター	臨海体育館
1	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座		16	水		
2	水	やさしいヨガ カラオケ愛好会		17	木		
3	木	【楽しくトライパン作り講座】	ファミリーバドミントン	18	金		健康体操
4	金			19	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
5	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ	20	日	休館日	
6	日			21	月		
7	月			22	火	ボールペン筆ペン講座	
8	火			23	水	子ども教室	
9	水			24	木		ファミリーバドミントン
10	木	子ども教室 カラオケふたば会	ファミリーバドミントン	25	金		
11	金	休館日(山の日)		26	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
12	土		スプリングクラブ	27	日		
13	日			28	月		
14	月			29	火	音楽・体操いきいき教室	
15	火			30	水	やさしいヨガ	
				31	木		ファミリーバドミントン

※予定を変更する場合がございます。ご了承ください。