

あまんじゃく NEWS 第二歩目

◆ウォークラリーって何？

オリエンテーリングとカーレースにヒントを得て、歩くことを通した健康づくりやグループのコミュニケーション向上を目的とした野外プログラムです。

◆どんな競技？

交差点や分岐点だけ書かれた「コマ図」に沿って進み、途中でチェックポイントを探しながら、与えられる課題を解き、設定された時間で歩き、ゴールを目指す競技です。

◆順位はどうやって決まるの？

ゴールまでのタイム得点と課題得点の合計で決まりますが、タイム得点は設定時間より早すぎても減点となります。思いがけない場所にたどり着くことも面白さの一つだからです。

秋に開催予定のあまんじゃくウォークラリー。今回は、ウォークラリーとはどのような競技か簡単に説明します。



地域情報BOX

コゲラの巣作り

5月の連休明け、美隅公民館の前にある美の里第二公園で何やらコツコツという音が・・・。



その正体は？

よく見るとキツツキの一種で「コゲラ」という野鳥が巣作りのために木に穴をあけていました。ヒナが巣立つといいですね。

「佐伯区紙芝居まつり」中止について

毎年6月に実施している「佐伯区紙芝居まつり」について、新型コロナウイルス感染症の影響により開催中止を決定しました。毎年楽しみにいただいている皆様には大変残念なお知らせになり申し訳ありません。

次回の「佐伯区紙芝居まつり」は令和3年6月に開催予定です。詳細が決定しましたら公民館だより等でお知らせします。



楽々園学区サロンに参加しませんか？

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となる場合があります。

いきいきサロン

サロン名	日時・会場	内容【参加費】	申込等
楽々園サロン	※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため6月はお休みします。		
歌声サロン潮さい			
ほっとサロン美の里			
美の里一丁目いきいきサロンオアシス	第3木曜日 13:30～15:00 隅の浜・美の里会館	◎ヤクルト出前講座 栄養について 【200円】	[要申込] ※美の里一丁目在住の方が対象です。
いきいきサロン若菜会	第2木曜日 13:30～15:30 美隅荘	百人一首など 【無料】	[要申込]
いきいきサロン新生会	第2金曜日 13:30～15:00 隅の浜会館	室内ゲーム 【200円】	6月3日(水)まで ※隅の浜一丁目在住の方が対象です。
やまぼうし会	第2金曜日 13:30～15:00 美隅荘	未定(内容はお問い合わせください。) 【100円】	[申込不要] ※隅の浜三丁目以外の方は200円
いきいき健康体操ファイト	第2・4火曜日 13:30～15:00 隅の浜・美の里会館	脳トレーニング 簡単な体操 【100円】	[申込不要] ※持参物：飲み物

百歳体操 (すべてのサロンで定員に達しています。)

サロン名	日時	会場
咲楽会	※開催未定。 予定については楽々園公民館ロビーにあるホワイトボードや、公民館だよりをご覧ください。	
双樹	※開催未定。 詳しい日程等は美隅公民館へお問い合わせください。	
どんぐりの会		
コスモス	※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため6月はお休みします。	

子育てサロン

サロン名・日時・会場	内容・【参加費】等
子育てCafe スマイル 第1金曜日 10:00～12:00 楽々園公民館	※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため6月はお休みします。

※主催は楽々園学区社会福祉協議会です。
※高齢者いきいき活動ポイント手帳をお持ちの方はご持参ください。
※[要申込]のサロンについては楽々園公民館と美隅公民館へお問い合わせください。