



輪投げ大会・メロン種飛ばし・太陽花・スイカ割り・鮎のつかみ取り・都神楽団  
 参加者：サマーフェスティバル in 蟠龍峡総勢約300名、盆踊り総勢約150名



# サマーフェスティバル in 蟠龍峡 & 盆踊り

8月14日(木)今回は何十年ぶりでしょうか、一日で2つのイベントを行いました。鮎のつかみ取りも先日の大雨で中止とのことでしたが、当日の判断により、いつも通り行うことになり、子どもも大人も一生懸命に鮎のつかみ取りをしていました。町外、県外の方も多く見受けられ、賑わいました。



令和7年8月20日  
 発行所 比之宮公民館  
 〒696-0711  
 邑智郡美郷町宮内 562-5  
 電話 0855-82-3474  
 Fax 0855-82-3800  
 メールアドレス  
[himenomiya@outlook.com](mailto:himenomiya@outlook.com)  
 比之宮の人口 7月現在  
 ・男107人 ・女113人



さんさ踊り(左回り)



メダカすくい



ヨーヨー釣り



扇踊り(左回り)



クワガタいっぱい



やまやまくずし(右回り)



# ひめのみや楽級 & 栄養指導料理教室 & 本の森

7月23日(水)健康福祉課の坂本栄養士による栄養指導料理教室が行われました。猛暑が続いている中で自分の身を自分で守る為には…

- ・熱中症予防のポイント【生活編】【食事編】として、熱中症になった時の対応や熱中症予防に役立つ食材などを詳しく教えていただきました。



# ひめのみや楽級 & e-スポーツ

8月6日(水)健康福祉課が今年度から勧めている太鼓の達人、一人ではなく誰か(複数の人)と行うことによってフレイル予防に繋がり元気で長生きに、また趣味を沢山持つて、その一つに太鼓の達人(脳トレゲーム)を取り入れてほしいとおっしゃられています。なぜなら…足が不自由になっても手が動けば出来るからです。まずは、恒例のラジオ体操をしてからゲームを行い、速い曲に挑戦し盛り上がりました。機械の貸出可能(問合せ公民館へ)



## 俳句

朝涼や気になりし事より始む  
山住の油断なかりし蝮蛇とる  
柿の花今年は多し期待せん  
豊かなる自然のめぐみ虫狩  
群れ咲いてこそこの黄菅と思ひ見る

選者吟

大久保朝子  
高橋 和子  
渡邊 光廣  
村上 有里  
服部 康人

## 川柳

忘却の意味をさがして日が暮れる  
お月さん地球の悲鳴聞いていますか  
いつ見ても可愛い孫に笑顔になる  
軒下の古巣改装親つばめ  
青梅を穫ろうとすると雨が降る  
じめじめと私の心は梅雨入りだ  
ロボットが働き人間職がない

選者吟

大島千代枝  
波多野祐康  
福井 益代  
藤原 節子  
水口 怜  
山口 達輝  
森口 時夫

## 公民館講座(予定)

- 骨盤調整体操教室(カイロ)
  - スポーツ吹矢教室
  - ずばら体操教室(吉時)
- 9月4日(木) 9月22日(月) 10月27日(月)  
9月25日(木) 100円必要

## 公民館活動ほか予定(自主活動・自由参加)

- ひめのみや楽級 毎週水曜日 ・本の森8月27日
- 卓球 8月23日(土) 9月13日(土) 9月27日(土)
- バドミントン 毎週水曜日
- 運動サークル 毎週金曜日
- ニコニコ健康教室 8月22日(金) 9月12日(金) 9月26日(金)
- スポーツ吹矢 9月8日(月) 100円必要

## お知らせ

- ◆ 9月9日(火)おひさまカフェ 9時半〜12時 場所…比之宮公民館