

婦人の家Times

第116号

令和8年6月発行

牧之原農村婦人の家

(牧之原地区センター)

牧之原地区消防団員の皆様、地域のためにご尽力いただき誠にありがとうございます。
気候変動に伴い自然災害が多様化する中、地域防災に携わる消防団の皆様に感謝申し上げます。
消防団員不足の中、ご協力いただける地元の消防団員をご紹介します。

(敬称略)

2026年度 菊川市消防団六郷第二分団

分団長 山下 翔矢 (下本所)
副分団長 後藤賢哉 (牛渚下)
牧之原蔵置所部長 河原崎 新 (牧之原上)

牧之原上

国京 達也 森 章人
宮城 一馬 河原崎 新
塚本 大地 永田 侑汰

牧之原下

絹村 将男 池ヶ谷 陽亮
村松 克哉 土井 宗義
小松 優佑 土井 勝裕

『菊川市クーリングシェルター』

牧之原農村婦人の家 研修室

きくがわ 涼み処

暑い日は、無理せず休憩を。
お気軽にお立ち寄りください。

【設置期間】

令和8年4月22日(水)～10月21日(水)まで

【ご利用にあたっての】注意事項】

- 施設の利用時間やルールを守ってご利用ください。
- 水分補給用の飲料水は、ご持参ください。

問合わせ: 菊川市健康づくり課健康増進係 0537-37-1175

熱中症対策 4つのポイント

- ・こまめな水分補給
- ・暑さを避ける
- ・暑さに備えた体づくり
- ・酷暑時には体を冷却

熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・
頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意
識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温



お茶の菊川

2026年 6月（水無月）

お茶の美味しい淹れ方

十分に沸騰させたお湯を湯呑み茶碗に入れて冷まします。茶葉を網つき急須に入れたら少しずつ均等にまわしつぎし濃さを均一にします。旨味が詰まった最後の一滴までしっかり出し切ります。



〒439-0015

菊川市牧之原227-

☎ 0548-27-

令和8年度 生き生きサロン総会開催

生き生きサロン総会が4月16日(木)に行われ和田勇会長のもと会員14名での活動がスタートしました。生き生きサロンは地域の方々とのふれあいの場です。今年も盛り沢山の計画をたてました。体操や簡単なスポーツ、観劇や旅行もあります。和気あいあいと楽しく笑い声がたえません。健康にもとってもいいですよ。会員募集中です。是非見学に来て下さい。

4月16日(水) 総会



令和8年度 生き生きサロン活動計画

4月16日(水)	総会
5月15日(金)	3B体操
6月8日(月)	たいした会
7月15日(水)	朗読会
8月	お休み
9月17日(木)	二胡こんぺいとう
10月14日(水)	腰の痛みと上手につきあうコツ
11月	旅行
12月17日(木)	クリスマス会
1月15日(金)	スマイル体操
2月10日(水)	郡上踊り
3月16日(火)	ダンベル体操

5月15日(金) 3B体操
飯田英子先生



今後の予定

- 5月31日(日) 市内一斉清掃 予備日 6月14日(日)
6月28日(日) 婦人の家の外回りの大掃除 予備日 7月5日(日)
利用委員会委員・下区班長の皆さん
よろしくお願いいたします。
- 11月8日(日) 六郷ふれあいフェスタ
会場：牧之原農村婦人の家
今年は地区センターまつりが牧之原農村婦人の家で行われま
す
- 皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

