

えずこホール イベント案内

えずこ男声合唱団 定期演奏会18th

6/9[日] 13:30開演 大ホール 入場無料

深みのある優しい歌声で昭和の懐かしい名曲からアニメソングまで真心こめてお贈りします。つくしの会OG合唱団「Regina(レジーナ)」も出演！小さなお子さまもご入場いただけます。ご来場お待ちしております。

えずこウィンドアンサンブル チャリティーコンサート24th

7/7[日] 14:00開演 大ホール 入場無料

地域の音楽愛好家たちによる吹奏楽のコンサートです。夏にふさわしい活力溢れる音楽をお届けします♪チャリティーは仙南地域で就学支援制度を受ける子どもたちが文化芸術に触れ合える活動に活用します。

上記コンサートの出演者募集中!!

えずこ男声合唱団 対象:男性
えずこウィンドアンサンブル 対象:18歳以上(楽器経験者歓迎)

えずっこひろば
～親子で楽しむ遊びの場所～

4/17[水] 10:00～12:00
会場:ホワイエ 参加:無料
(出入り自由/申し込みの必要はありません。)

えずこホール 仙南芸術文化センター
TEL 0224-52-3004
〒989-1267 柴田郡大河原町字小島1-1
URL: http://www.ezuko.com/
info@ezuko.com

3年生を送る会

3年生に感謝の気持ちを伝えるため、2月22日5・6校時、3年生を送る会が行われました。テーマは「徹底的な感謝〜1000件の感謝の声が届いています〜」です(1000の数字は現在の金ヶ瀬中学校の全校生徒数になります)。

初めの部活動ごとの発表では先輩当てクイズやメッセージ動画、ダンスなどそれぞれ工夫を凝らした発表が行われました。続いての思い出の写真紹介では3年生も声を上げて喜んでいました。その後エール、3年生からの発表と続き、最後は花道を通って退場し、会は終了しました。

1・2年生主体の初の大きな行事でしたが、金中の伝統を確かに引き継いだ1・2年生の頑張る姿を3年生に見てもらったこと、3年生に喜んでもらった素晴らしい会となりました。



金ヶ瀬中学校

鎮魂の日全校集会

3月11日に「鎮魂の日全校集会」を行いました。

東日本大震災が起きた13年前に大河原小学校で6年生の担任をしていた現在教務主任の笠間順一教諭が、当時体験したことについて講話をしました。

震災が起きた当時、笠間教諭が担任していた6年2組は、学級のお楽しみ会として校庭で運動をするなどレクリエーションをしていました。身動きをとることができないくらいの激震が起きたそうです。それから約1時間後に安全を確認して校舎の中に入ることができたとのことでした。その後、子供たちは保護者に引き渡した。午後9時だったという話でした。

また、震災後の対応などで卒業式を予定どおり開催できず、3月末になって「卒業を祝う会」として卒業証書を卒業生に渡すことができたという話でした。



大河原小学校

子供たち全員が、当時実際にあった出来事について真剣な面持ちで話をじっくり聞いていました。特に、6年生は、震災が起きて間もない頃の平成23年4月以降に生まれた世代で、卒業式も間近に控えていることもあり、笠間教諭の話に思いを寄せながら聞いていました。

東日本大震災について、子供たち一人一人が自分事として考える貴重な場となりました。

health care

やったね! むし歯ゼロ
3歳6か月児健診 (3/7健診結果)

 花音さん	 蒼夏さん	 杏菜さん
 統也さん	 すずさん	 柚乃さん
 俊太さん	 洸太さん	 杏さん
		 排南天さん

▼やったね! むし歯ゼロの問い合わせ先▶ 子ども家庭課(3階②番窓口) ☎ 0224-53-2251

～すこやかコラム～

禁煙をはじめたいかたへ!

禁煙すると24時間後には心臓発作のリスクが低下する、せきやたんなどの呼吸器症状やインフルエンザなどの呼吸器感染症にかかる危険が低下するなど禁煙のメリットは大きいです。「禁煙はしたいけど、どう始めたらいいかわからない」そんな気持ちを持っている喫煙者のかたは多いと思います。「この方法で禁煙をはじめよう!」と思える具体的な禁煙方法についてお伝えします。

①禁煙を始める日を決めましょう なにかの記念日や月初めなど覚えやすい日にしましょう	②一緒に禁煙する仲間を見つけましょう 一人ではなく仲間と禁煙に取り組むことで成功率もアップ!
③お酒の席は特に注意しましょう お酒を飲むと禁煙の意識が薄れます 特に禁煙初期のお酒の席は避けましょう	④禁煙を継続できる環境をつくりましょう ライターや灰皿などたばこを連想するものを処分し、周りに置かないようにしましょう
⑤禁煙補助薬を利用しましょう 薬局やドラッグストアでニコチンガムやニコチンパッチが購入できます ※かゆみなどが出た場合は、薬剤師・医師に相談しましょう	

自分にできそうな方法を選んでぜひ実行してみてください。禁煙後、吸いたい気持ちをコントロールする方法として、冷たい水やお茶をゆっくり飲む、ウォーキングなど軽い運動をする、ガムを噛んだりアメを舂めるなどがあります。この機会に健康への一歩を踏み出しましょう!

出典: e-ヘルスネット「禁煙の効果」、禁煙の準備-禁煙7日前から行う、禁煙のコツ教えます!《準備編》

▼すこやかコラムの問い合わせ先▶ 健康推進課(1階④番窓口) ☎ 0224-51-8623