第３５６号
２０２５年７月

梅の香

発　行
城陽市青谷コミュニティセンター運営委員会
TEL　0774−53−8273
FAX　0774−56−6042

ごゆるりとシネマを
『南極料理人』

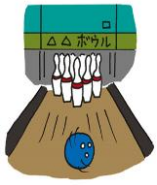
日　時：8月10日(日)13：30～15：35
定　員：先着25人　大人対象
参加費：無料
申込 7月20日(日)10：00～来館か電話
《出演》堺　雅人、生瀬勝久、高良健吾　他

南極の基地が舞台。
過酷な環境に生きる彼らにとって食事は楽しみ。
料理人を中心に観測隊員8人が繰り広げていく物語。

もっと笑顔でフィットネス 初心者向け
～リズミカルな音楽に合わせて筋力アップ～

日　時：8月17日(日)10：00～11：00
講　師：伊藤和美氏
定　員：先着20人
参加費：無料
持ち物：飲み物、タオル、運動靴
　　運動のできる服装
申込 7月27日(日)10：00～来館か電話

プラムキッズ 「なつまつり」輪投げ・さかなつり・ボーリング



日　時：7月20日(日)10：30～11：30（受付10：00）
場　所：青谷コミセン集会室
参加費：無料　　★詳しくはポスターをご覧ください
共　催：青谷地区民生児童委員協議会・青谷コミュニティセンター
　　＊問い合わせ先　sms.tel：☎西裕司 070−8362−1644

定期講座　①②いずれも参加費無料

① ストレス解消音楽療法
～ステキな音楽に包まれて リラクゼーションタイム～

日　時：８月１９日(火)１３：３０～１４：３０
講　師：音楽療法士 石角朋美氏
定　員：先着１２人　持ち物：飲み物
申込 ８月３日(日)１０：００～来館か電話

② みんなの歌ひろば
～海～

日　時：８月２０日(水)１３：３０～１５：００
講　師：葭村洋平氏　廣瀬友瞳氏
定　員：なし(最大３０人程度) 大人対象
持ち物：飲み物
申込不要（当日窓口にて受付）

クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）について

熱中症による健康被害の発生を防止するため、一時的に暑さをしのげる場所として、青谷コミセンをご利用ください。

○クーリングシェルターのご利用は、熱中症特別警戒アラートが発表されたときとなります。
○クーリングシェルターの運用期間：令和７年４月２３日(水)～１０月２２日(水)まで
○利用できるのは開館している日時で、場所は１階ロビーのベンチになります。
○飲料は各自でご用意ください。