



かがみコミュニティセンターだより

- 第111号 - 令和8年7月1日発行
鏡コミュニティセンター
鏡町内田1339-1
TEL (FAX兼) 52-7841

7月号

【行事日程】

日 曜	行 事	日 曜	行 事	日 曜	行 事
1 水	コミセン・赤星公園申請 8月分受付開始 まち協運営委員会	11 土	人権を確かめ合う日	21 火	健康マージャン教室 夏季休業日開始 (鏡中・各小学校)
2 木	授業参観 (文政小)	12 日		22 水	
3 金		13 月		23 木	
4 土	子ども会連合会会議	14 火	健康マージャン教室 鏡体協監督会議	24 金	ジュニアリーダー事前研修
5 日		15 水		25 土	
6 月	地域安全部会	16 木		26 日	
7 火	健康マージャン教室 授業参観 (鏡小)	17 金	終業式 (鏡中・各小学校)	27 月	鏡中・各小学校体育館 利用申請 8月分受付開始
8 水		18 土	十八夜祭 	28 火	ジュニアリーダー研修 (1日目) (豊野少年自然の家) 健康マージャン教室
9 木		18 土		29 水	ジュニアリーダー研修 (2日目) 鏡消防署
10 金	授業参観 (鏡中)	19 日		30 木	
		20 月	 海の日	31 金	

<令和8年8月の予定> 9日親子愛好作業 (鏡中) 23日PTA親子奉任作業 (文政小)

27日夏季休業日終了日 (鏡中・各小学校) 28日2学期始業式 (鏡中・各小学校)

熱中症の症状

めまい
立ちくらみ
生あくび
大量の発汗
筋肉痛
筋肉のこむら返り
頭痛
嘔吐
倦怠感
判断力低下
集中力低下
虚脱感

応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

こまめに水分を補給する！

室内でも、外出時でも、
のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分を補給

エアコン等で
温度をこまめに調節



天気の良い日は
日陰の利用、こまめな休憩



遮光カーテン・すだれの
利用、打ち水の実施



吸湿性・速乾性のある
通気性のよい衣服を着用



外出時には日傘の使用、
帽子の着用



保冷剤、氷、冷たいタオル
などで、からだを冷やす



「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

鏡町子どものひろば (こども食堂) 開催について

～調理ボランティアの募集・食材のご提供のお願い～

鏡町民生委員児童委員協議会では、昨年度に続き「子ども食堂」を開催することになりました。開催は7月から来年2月まで計6回を、町内3校区の公民館などで実施予定です。参加募集の対象は、町内の小学生のみになります。つきましては、調理ボランティアを募集しています。時間は開催日の午前9時から午後1時頃の予定です。必要スタッフは、全体で8名程度を考えています。また、お米やジャガイモなど、長期保存が可能な食材の提供が頂ければ幸いです。物価高騰の折ではございますが、未来を担う子ども達のためにご協力をお願いします。

お問い合わせは、鏡まちづくり協議会事務局 (鏡コミセン内)
電話52-7841までお願いします。



読み聞かせタイム

食事タイム

令和8年度「子ども未来塾」実施要項

1. 目的 小・中学生を対象として、将来の鏡町を担う子どもたちに、未来のふるさとをどのような姿にしたいか、「夢」の実現に取り組むことを目的に実施します。
2. 主催 鏡まちづくり協議会（青少年育成部会）
3. 協力 鏡中学校・鏡小学校・文政小学校・有佐小学校・各学校PTA
4. 開催日時 令和8年8月4日（火）午前9：00～12：00
5. 開催場所 鏡コミュニティセンター2階研修室
6. 研修日程及び内容

予定時刻	所要時間	内 容	備 考
9：00～9：15	15分	参加者集合	
9：15～9：30	15分	概要説明、諸連絡	事務局
9：30～10：50	80分	参加者意見交換	
※主要テーマとして 「鏡町の少子高齢化の課題と解決策」 「八代に若者が定住するためには」			
10：50～11：00	10分	－休憩－	
11：00～11：20	20分	意見発表	
11：20～11：50	30分	全体検討協議	
11：50～12：00	10分	まとめ・あいさつ	まちづくり会長

7. 参加人員数 鏡小・文政小・有佐小の各小学校3名 鏡中6名（計15名）
8. 持 参 物 筆記用具・水筒
9. そ の 他 研修期間内に生じた負傷等については、主催が加入している保険の範囲で対応します。
10. 申込期限 令和8年7月21日（火）
11. 提 出 先・問合せ先
鏡まちづくり協議会事務局（鏡コミセン内）電話52－7841

生涯学習自主講座クラブ活動について

鏡コミュニティセンターを会場に様々な活動が行われています。

活動に興味がある方はお問い合わせください。 <問合せ先> 52－7841（鏡コミセン内）

<講座名>	○鏡英会話チェリッシュクラブ	…月2回火曜日	13：00～（視聴覚室）
	○赤星公園オカリナ組	…毎週木曜日	13：30～（視聴覚室）
	○リフレッシュダンス舞人	…毎週金曜日	9：00～（大集会室）
	○鏡レクダンス	…毎週金曜日	13：30～（大集会室）
	○コールせせらぎ	…毎週土曜日	19：00～（大集会室）
	○ピラティス	…毎週土曜日	20：00～（2階和室）

「バドミントンアジアジュニア選手権八代大会2026」開催！

ジュニア年代（18歳以下）のアジア最高峰のバドミントン大会が開催されます。

アジア圏内の18を超える国と地域の未来のトップ選手、約350名が参加する大会です。

6名のオリンピック選手を輩出しバドミントンが盛んな「王国」八代市において開催が実現しました。将来のオリンピック選手をみんなで応援しましょう。観覧は無料です。



- 開催日 令和8年6月26日（金）～7月5日（日）
- 会 場 八代トヨオカ地建アリーナ（八代市総合体育館）
- 開催種目<国別団体戦> 男・女シングルス・男・女ダブルス・ミックスダブルス
- <個人戦> 男・女シングルス・男・女ダブルス・ミックスダブルス