



今年は梅雨入りが遅く、天候の変化がもたらす影響が心配ですね。7月は英語ではJULY（ジュライ）といいますが、語源はエジプトの太陽暦をもとに、古代ローマの政治家ジュリアス・シーザーの生まれた月にちなんで付けられたものと言われています。



第 168 号  
7月 2019

7月10日発行  
NPO法人  
スポレク柵原  
〒708-1533  
岡山県久米郡  
美咲町久木  
200-8

tel 0868-62-1165  
fax 0868-62-1197



## 普通救命講習会を開催しました。

### 突然、人が倒れたらあなたは一步踏み出せますか？

6月22日（土）に津山圏域消防組合の久常さんと牧野さんをお迎えして普通救命講習会を開催しました。子どものスポーツ指導者、高齢者施設、防災士など様々な所属先で活躍されている18名の方々が、熱心に講義を受け自信をつけ、更に一步踏み出す決意を新たにしていました。AEDがあれば救えた命。。。というビデオも見せていただき急な場面に遭遇した場合、自分自身が後悔を残さない為にも愛する人の命を救う為にも、躊躇する事なく勇気をもって心肺蘇生や人工呼吸・AEDを実施できるよう、皆さん真剣に学ばれていました。



## 一日お寺体験 光澤寺

～日常をはなれて、心と身体を休める特別な時間と空間～  
7月の大人のバス遠足は鳥取県八頭郡八頭町方面への旅です。1592年に建立された歴史の長いお寺で、写経から瞑想、心の授業などから選んで寺修行体験ができます。日常から離れて、ゆっくりと心と身体をやすめてみませんか？  
お昼はご住職の奥様が腕を振るう、イタリアンの精進料理でお腹も心も満足な1日です。

日 時：令和元年7月18日（木）

8：30分出発 ～ 17時頃帰着予定

集合場所：柵原総合文化センター

参加費：会員4,500円（授業料・昼食代を含む）

参加資格：会員登録が必要です。

申し込み締切：令和元年7月16日（火）

定員になり次第締め切らせていただきます。



facebook

ページ情報

<https://www.facebook.com/suporeku.yanahara>

6月の総合リーチ(注目度)/ベスト1



投稿日

6/20 大人のバス遠足 301ポイント



この夏もスポレク柵原ダンスエアロ教室は、各所の夏祭りでダンスを披露します。応援よろしくお願いします。

- ・7/14ひまわりフェスティバル
- ・7/23エリシウム柵原
- ・7/24吉井川荘
- ・7/27柵原DonDon祭り

ありがとうございます おかげさまで6月30日現在ページへのいいねが750件になりました。これからも、どしどしホットな情報を投稿しますので皆さんひきつづき宜しくお願いします。m(\_)\_m