



風薫る五月となり、吹き抜ける風が肌に心地よく、木々の緑も日に日にその濃さを増してきました。澄み渡る空を見上げてみると気分がウキウキしてきて、スポーツにもお出掛けにも絶好の季節がやって来たことを感じます。



## 大人のバス遠足第3弾 蒜山ハーブガーデン & 玉泉寺の大山蓮華のお花

スポレク柵原の5月の大人のバス遠足は、蒜山高原で大自然を眺めながらジギスカンを頂く遠足です。

蒜山三座を一望できる絶好のロケーションのハーブガーデンで癒しの香に包まれてのんびりした後、花の寺玉泉寺を訪れて華やかな森の貴婦人「大山蓮華」の見頃を堪能しませんか？

日時：令和元年5月30日(木)  
8:30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  
(昼食代と入園料を含む)

参加資格：会員登録が必要です。

申し込み締切：令和元年5月27日(月)  
定員になり次第締め切らせていただきます。



お申し込み先 → 共同連絡先事務局 FAX 0868-62-1197

# 普通救命講習会

もしもの時、いざというときのために！



6月22日(土)  
13:00 ~ 16:00過ぎごろまで

会場 柵原総合文化センター  
美咲町久木200-8

講習料: 無料



- 内容
- 心肺蘇生法。
  - AEDの使用法。
  - 正しい応急手当の知識と技術を学びます。

受講時間: 約3時間

- 講習対象者: 在住在勤されている18歳以上の方
- 定員: 先着20名
- 持ち物: 筆記用具・実技のできる服装  
身分証明書

お申込期限: 5月31日(金) ※私たちは災害時における支援活動にも力をいれています。

【主催】 NPO法人 美咲町柵原星の里スポレク倶楽部  
【協力】 津山圏域消防組合  
(お問い合わせ先) TEL 0868-62-1165 FAX 0868-62-1197

★講習を受講後、修了証が発行されます。 修了証NO

ふりがな		年齢	性別
お名前		歳	男性・女性
ご住所	〒		
ご連絡先	ご自宅	携帯	

スポレクニュース

第166号  
May 5 2019

5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



スポレク柵原では事務所に柵原図書館の図書コーナーを設けております。是非本に触れて借りてみてください。子どもの絵本などもありますよ~!



facebook

ページ情報

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

ありがとうございます おかげさまで4月30日現在ページへのいいね!が737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



4月の総合リーチ(注目度)/ベスト1

投稿日

4月18日

さつき天文台 218 point

