

おおみか

かわら版 No. 246 2025年7月号



令和7年6月20日発行
大みか交流センター
TEL・FAX 53-5211
発行責任者 鈴木 重文

≪7月の主な行事予定≫

行事名	日(曜日)	時間	場所
再生資源回収	4(金)	6:30~	大みか学区内
大みか大学	27(日)	10:00~	大みか交流センター
粗大ごみ(小)他収集日	24(木)	6:30~	大みか学区内



≪7月の大みか地区社協事業行事予定≫

サークル名	活動日	活動時間
おもちゃライブラリー	2(水) セタ 9(水) 保育士相談	10:00~11:30
サロン大みか	1(火) ゲーム 15(火) シルバーリハビリ体操	10:00~12:00
大みかふれあい健康クラブ	10(木) ペタボード 24(木) ミュージックケア	10:00~11:30
ふれあい健康専科	休み	
すこやかシニア	1(火) 8(火) 15(火) 22(火)	13:30~15:00
いきいき健康運動教室	29(火)	13:30~15:00
ひたちおもちゃの病院	8(火)	13:30~15:30
歌の広場(生涯学習部)	16(水) 30(水)	10:00~11:30

■選挙に伴うセンターの利用制限について！

7/20(日)の参議院選挙に伴い、**7/19(土)正午 ~ 20(日)終日** 交流センター全館のご利用が出来ません。ご不便をお掛け致しますが、ご了承ください。

■大みか大学6月講座 生涯学習部

『ほら、笑顔が一番！』

暑ければ暑い暑いと、寒ければ寒い寒いと愚痴を言う。立っているとわれれば座りたいと、座っていれば立って動きたいと思う。人が来れば面倒だと言うが、誰も来なければ、誰か来てくれと願う。

せつかく授かったこの命、いつか必ず卒業していく人生。だからこそ、愚痴と不満とため息で日々を送ったのではもったいない！笑顔で一日一日を送れるヒントを一緒に考えられたら嬉しいです。

- 日 時：6月23日(月) 10:00~12:00
- 場 所：大みか交流センター 多目的ホール
- 講 師：安西 仁人氏(浄土宗・菊蓮寺住職)
- 参加費：無 料(ただし、大学登録者以外は100円)
- 申込先：大みか交流センター



■『日立市一斉ラジオ体操の日』開催について

ラジオ体操考案者の一人が日立市出身の遠山喜一郎氏であることから、市ではラジオ体操を『郷土の宝』として普及活動を行っています。

その一環として、夏休み最初の日曜日
「日立市一斉ラジオ体操の日」と定め実施しています。
皆様、ご家族そろってご参加下さい。



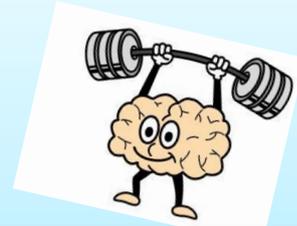
まちのコイン
39タッチ進呈

- 日にち：7月20日(日)
- 時 間：6:30 開始
- 場 所：大みか小学校グラウンド
(雨天時は、小学校体育館 上履きを忘れずに！)

■いきいき健康運動教室【全7回】 福祉局

第3回 『脳トレしながら、楽しくからだを動かす①』

- 日時：7月29日(火) 13:30~15:00
- 場所：大みか交流センター
- 講師：早川 利恵先生 (インストラクター)
- 参加費：無 料
- 定員：20名程度
- 持ち物：運動靴、タオル、飲み物、運動出来る服装で
- 申込先：大みか交流センター



頭を使っこの体操を体験してみてください。
体の動きと脳の伝達がなかなかみ合わず
意外と難しいのです。しかし、なぜかみんな笑い
がこぼれて実に楽しい！ぜひ、ご参加下さい。

■日立市健康づくり推進員募集！

市では「みんなでのばそう健康寿命」に向けた取り組みで、健康づくりに関心のある市民を健康づくり推進員として養成し、習得した知識や技術を地域に普及させることを目的としています。活動に興味をお持ちで、実際に活動可能な方は、ぜひ健康づくり推進員要請研修にご参加下さい。

『養成期間：7/18(金)・7/25(金)・8/1(金)の3日間』

(参加により健康づくり推進員の認定書が交付されます)

- 申込先：大みか交流センター
- 申込締切：6月26日(木)

★第6回グラウンドゴルフ大会報告

去る6月8日、大みか小学校グラウンドにて、参加者56名が3ラウンドを回り、腕を競い合いました。今回は女性陣が上位を独占した結果となりました。

優勝	池澤 洋子	(敬称略)
2位	椎名 迪子	
3位	藤生 喜美子	

グラウンドゴルフ初挑戦の方は、ポスト付近で苦戦している様子でしたが最後は楽しくホールアウト！賞品片手に来年も参加しますと嬉しそうに会場を後にしました。

■大みかを花で飾ろう！協力者募集 生活環境部

駅前花壇と駅前から245号線に伸びる大みかシティーロードの植込みに夏花の苗を植えます。ご協力できる方をお持ちしております。

***お子様にはちよっぴりおやつをプレゼント**

- 日時：6月28日(土) 9:00~
- 集合場所：大みか駅東口駅前花壇
- 持参頂くもの：軍手



■再生資源集積所の利用方法変更に関する説明会

≪7月5日(土) 10:00~ 大みか交流センターで開催≫

今まで当番制で行われていた回収袋や木札の出し入れ作業が廃止されます。皆さんが今後どのように利用すればよいかお伝えする大切な説明会ですのでご参加下さい。

参加希望の方は交流センターまでご連絡ください

●『まちなかオアシス』設置

6/1より 暑さをしのぐための一時休憩場所として、公共施設などに設置されています。

大みか交流センターでは、フリースペースを休憩場所として開放しています。また、まちのコイン

100タッチでコーヒーまたはお茶が**1杯無料**で飲めますので、どうぞお気軽にご利用ください。

●6月より新たに協力員が 加わりました。

宇佐美 邦昭さん
(大みか町2丁目)
宜しく願い致します。



●一斉清掃ご協力に感謝！

各利用者団体と関係者の方々が率先して動いて頂いたお陰で、1時間という短い時間ではありましたが、隅々まで綺麗にすることが出来ました。ご協力有難うございました。

大みか祭り

8/23 (土) 開催

