

おおみか

かわら版 No. 247 2025年8月号



令和7年7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

《8月の主な行事予定》

行事名	日(曜日)	時間	場所
野外体験学習(元気っ子)	2(土)~3(日)	13:00~	大みか小学校内
再生資源回収	5(火)	6:30~	大みか学区内
交流センター臨時休館	13(水)~15(金)		
ラジオ体操	16(土)~17(日)	6:30~	大みか小学校グラウンド
大みか祭り	23(土)	10:00~	シティーロード大みか
粗大ごみ(小)他収集日	28(木)	6:30~	大みか学区内

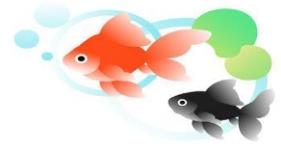
《8月の大みか地区社協事業行事予定》

サークル名	活動日	活動時間
サロン大みか	5(火) 歌の広場 19(火) お話会	10:00~12:00
大みかふれあい健康クラブ	28(木) サイコロゲーム	10:00~11:30
いきいき健康運動教室	29(金)	13:30~15:00
ひたちおもちゃの病院	12(火)	13:30~15:30
歌の広場(生涯学習部)	20(水) 27(水)	10:00~11:30

*8月のおもちゃライブラリー・すこやかシニア・ふれあい健康専科はお休みします

■臨時休館のお知らせ

8月13日(水)~15(金)の3日間は、お盆休みのため休館いたします。
ご不便をお掛け致しますが、ご理解の程よろしくお願い致します。



■ラジオ体操のお知らせ

●日立市一斉ラジオ体操の日

◇ 日にち: 7月20日(日) 雨天決行

まちのコイン 39 タッチ 進呈

●地域ラジオ体操 (青少年育成部)

◇ 日にち: 8月16日(土)と17(日) の2日間 (雨天決行)

抽選会やるよ!

ラジオ体操



【共通事項】

- ・集合時間: 6:15 (開始 6:30)
 - ・場 所: 大みか小学校グラウンド
 - *雨天時...大みか小学校体育館
- 上履きを忘れずに!

■夏休み食育教室

- 日時: 7月29日(火) 9:30~13:00
 - 場所: 大みか交流センター 料理室
- *申込方法等詳細については、
日立市HPをご覧ください。

大みか地区食生活改善推進会

《メニュー》

- ・オムライス
- ・野菜のかみかみあえ
- ・サイダーゼリー



7/20(日)は
参議院選挙日です
忘れずに投票
しましょう!



■第12回 大みか祭り開幕

- 開催日: 8月23日(土) 10:00~19:00 《荒天順延: 24日(日)》
- 会 場: シティーロード大みか

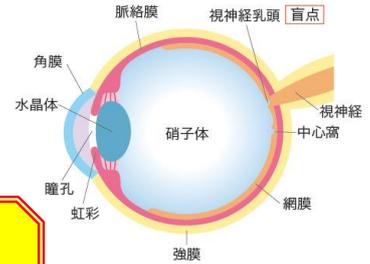


『早く気づきたい高齢者に多い目の病気 ~早期発見と予防について』

加齢に伴う目の疾患は非常に多く、代表的なのは白内障ですが他にも緑内障や加齢黄斑変性など視力低下や失明に至る場合もある怖い疾患もあります。

どんな病気も早期発見が大切です。最後まで目を大切にしたいとお思いの方、講話で早期発見・予防方法を一緒に学びましょう。

- **日時:** 7月27日(日) 10:00~11:30
- **場所:** 大みか交流センター
- **講師:** 國方 俊雄先生 (くにかた眼科院長)
- **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



ご注意ください!
今回は **日曜** 開催

■いきいき健康運動教室(全7回)

『脳トレしながら、楽しくからだを動かす②』

- **日時:** 8月29日(金) 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、飲み物、タオル
- **申込先:** 大みか交流センター

●駅前花壇とシティーロード大みかが華やかになりました。マリゴールドやサルビアなど青空に映える花々の今後の成長をお楽しみください。当日照り付ける太陽の中、ご協力頂いた皆様有難うございました。



■大みか小学校近隣住民の皆様へ 青少年育成部
夏休み恒例の野外体験学習が、8/2(土)~3(日)に実施されます。当日は昼夜問わず元気な子供達の声が届いてしまうかも知れませんが暖かい目で見守って下さい。

●年齢は令和8年3月31日時点

■がん検診を受けよう

検診名	対象	自己負担金()内は65歳以上	締切
肺がん検診(胸部CT)	50歳以上	【節目年齢】1,000円 今年度中に50・55・60・65・70・75歳になる方 上記以外の方 3,500円	10/31 (金)
胃がん検診(X線)	50歳以上	1,500円 (500円)	12/12 (金)
胃がん検診(内視鏡) *注①	昨年度に胃内視鏡検査を受けた方は対象外	3,200円 (1,600円)	
大腸がん検診(便潜血反応)	40歳以上	500円 (200円)	
乳がん検診 (マンモ・超音波) 年齢により検査内容は異なります	30歳以上の女性 *66歳以上の方は2年に1回 (昭和35年3月31日以前に生まれた方)	1,000円 ~ 2,000円 (300円)	12/12 (金)
子宮頸がん検診 *注①	20歳以上の女性	頸部のみ 2,300円 (800円) 頸部・体部 *注② 3,800円 (1,200円)	

*注① 胃がん検診(内視鏡)および子宮頸がん検診は医療機関での検診となります

*注② 医師の指示があった場合のみ

★検診予約専用ダイヤル 0294-85-8200 (平日 9:00~17:00)

インターネット予約フォーム QR(右記) インターネット予約フォーム URL <https://logoform.jp/form/tDgS/944833>

