

つくしセンターニュース

発行元
つくしセンター

〒943-0823

上越市高土町3-2-12

TEL 025-521-2860

FAX 025-521-2861

URL <http://www.tsukushi-center.com>

梅雨も明け、夏本番の今日この頃、皆様の体調はいかがでしょう。海もにぎわってきました。浜茶屋には日を追うごとに、人・車が集まり、海沿いの旅館には、臨海学校を楽しむ小学生を乗せた大型バスが並ぶようになりました。

みなさん部屋の換気していますか？窓開けていますか？水分摂っていますか？出かける際は帽子かぶっていますか？涼んでいますか？暑くて暑くて困っている方がいらっしゃったらセンターへお出かけください。センターの喫茶では、冷えたソフトドリンクにかき氷、アイスクリームを用意して皆様のご来店をお待ちしています。またオリンピック期間中は、テレビ視聴も行います。身体は冷やして、熱い声援を送りませんか？

納涼会で充電完了！！盛り上がりました。



7月18日(水)つくしセンター納涼会を開催しました。会場は高田駅前の居酒屋「日本海庄や」総勢15名の方が参加してくれました。

この日も朝から蒸し暑く、絶好の納涼会日和となりました。宴席では序盤からヒートアップ！高橋管理者の「乾杯ーっ」のご発声から、「のどが渴いてましたー」と言わんばかりに各々飲む飲む。ジョッキを机に置くことなくハイペースでお飲みになられていました。

ビールに日本酒、ソフトドリンク飲み放題で、酒の肴もおいしく、お刺身に海鮮物の網焼きなど普段なかなか味わえないご馳走にみなさん満足されていました。

納涼会の次の週あたりから、暑さがもう一段階上がりましたが、納涼会で養った英気で、この暑い夏を乗り切るぞー！オー！

次の日、具合の悪い人はいませんか？また来年の納涼会をお楽しみに。



青空ランチで涼を味わう。

関川土手にてそよ風に吹かれながら

7月25日(水)月替わり活動として青空ランチを開催しました。当日は活動の名前の通り晴天に恵まれ、気温も程よく、関川土手沿いには心地よいそよ風がふき、そんな中、冷やし中華を食べました。

食後は、少し横になり、そよ風を感じながらうたたねしてとても気持ち良かったです。

以下、参加者からの感想です。

- ・冷やし中華がボリュームがあってよかった
- ・風が吹いていて青空の下で横になり気持ちよかった
- ・ハワイのヤシの木の下で横になった記憶がよみがえった



地震体験車で貴重な体験

7月19日(木)ハウス道芝と合同の防災訓練を行いました。避難訓練では、道芝の厨房での出火を想定して避難訓練を行い、その後消火器訓練を行いました。暑い中、センターに居合わせた方は真剣に取り組んでおられました。

そして県内1台ある最新型の地震体験車が来て、参加者全員地震体験を行いました。この車、昭和39年新潟地震、平成19年中越沖地震、平成23年東日本大震災などその揺れ方や時間などを再現できるもので、それぞれの地震の揺れのすごさや恐怖感に参加者全員驚いていました。

体験して分かったことは、震度7クラスの地震の際はまず立てません。立てないから、すぐ逃げたり、火を消すことは不可能。揺れが収まるまで、とにかく頭を保護することが大切と消防隊の方がおっしゃっていました。

揺れが収まってから、身の安全を確認して地域の避難所に逃げる、高台に逃げるのが大切です。

なかなか普段できない貴重な体験となりました。