



リフレッシュ講座 要申込

『ママのための リフレッシュ・ピラティス』

日時	7月21日(木) / 10時~11時30分
会場	あすてらす多目的ホール (託児：会議室3)
対象	未就園児の保護者12人
講師	佐々木奈津子さん (Natsuバレエ&ピラティス主催)
託児	生後3か月からの乳幼児
申込開始	7月7日(木) / 9時~電話受付

のびのび広場 要申込

♪かなでの会♪ 『ファミリーサマーコンサート』

すてきな歌や楽器演奏があります。子育て応援中のおじいちゃん、おばあちゃんもぜひ♪

日時	7月28日(木) 10時30分~11時15分 (受付10時~10時20分)
会場	生涯学習センター七夕ホール
対象	未就学のお子さんとその家族、 妊婦さん30組
講師	かなでの会
申込開始	7月14日(木) / 9時~電話受付

のびのび教室 要申込 #近くの会場へどうぞ #校区外の参加也大歓迎

500mlのペットボトルでシャワーのおもちゃを作って、プールで水遊びをします。

持参物 500mlのペットボトル、水筒、帽子、タオル、着替え



日時	会場	校区(小学校)
7月12日(火)	人権教育啓発センター	小郡(小郡小)
7月19日(火)	大原 きぼうの森館	大原(大原・東野小)
7月26日(火)	緑の里 くろつつち会館	立石(立石小)

エコトンのエコトリビア

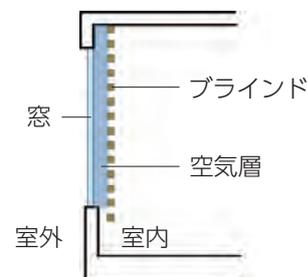
①(問) 生活環境課環境係 ☎72-2111



家庭でできる省エネ~エアコン(冷房)編~

エアコンを使う際は、ポイントを押さえると省エネができます。地球にも家計にもやさしい夏の省エネに取り組んでみませんか。

- ・窓を開け、扇風機を使って換気して熱を逃がす
- ・冷房と扇風機を併用する(風が体に当たると涼しく感じます)
- ・外出時は、昼間でもカーテンを閉めておく
- ・エアコンのフィルターは定期的に掃除する(2週間に1回が目安)
- ・冷房の効果を下げないように、室外機の周りに物を置かない
- ・室外機は日陰に設置するか、日除けで直射日光を防ぐ
- ・緑のカーテン、レースのカーテン、すだれ、ブラインドなどで日差しをカットする
- ・窓に断熱シートを張る、窓を断熱ガラス(複層ガラス)に替えるなどして、窓に空気層※1をつくる



※1 ブラインドやカーテンを閉めると、窓ガラスとの間に空気層ができ、断熱・遮熱効果を高めることができます。ブラインドはスラットが開いた状態でも効果があります