



**体を動かし、免疫力を高めよう！
大人の集い場 みんなでストレッチ**

【6月24日・コミュニティセンター】

筋肉を伸ばす運動や筋力トレーニングを続けることで、ケガ・肩こり・腰痛の予防や軽減、免疫力の向上などが期待できます。暑い夏は熱中症の危険性も高まります。涼しい室内で楽しく運動をしませんか。



**健診を受けてイベントで楽しもう！
TAKAISHI 健診 JAM**

【6月28日・とろしプラザ】

国民健康保険特定健診&健康づくりイベントを開催。イベントでは足ストレッチやお顔マッサージ、イスに座ってストレッチ筋トレが行われ、参加者は音楽のリズムに合わせて体を動かし、美を追究していました。



**企業版ふるさと納税
テクノロール株式会社様へ感謝状を贈呈**

【6月29日・高石市役所】

テクノロール株式会社様よりご寄附をいただきました。企業版ふるさと納税は、市外に本社を置く企業が寄附を通じて地方創生の取り組みを応援する制度です。ご寄附は放課後児童健全育成事業（あおぞら児童会）に活用させていただきます。



**高石市消防団が受賞
第37回「大阪の消防大賞」**

【7月2日・大東市立総合文化センター】

市内の自主防災組織に対して、同時多発型の火災や消防車両の進入が困難な密集地で役立つ小型可搬消防ポンプの指導普及に尽力し、頻発激甚化する各種災害に備える地域防災力向上に貢献したことが評価されました。



**河川の氾濫や高潮などの水災害に備えて
市職員による水防訓練の実施**

【7月4日・高石市役所】

高石市水防団および市役所新入職員等が水防工法の知識と技術を習得するため、土のう作成訓練を行いました。皆さんも日頃の備えとして、非常持ち出し品の準備や、高石市総合防災マップを確認しましょう。



**見て楽しい！やって楽しい！
漫才ワークショップ**

【7月7日・羽衣小学校】

漫才師の「祇園」と漫才・構成作家の大工富明さんが来られ、子どもたちに漫才を教えました。子どもたちは声の出し方や漫才中の演技の指導を受けたあと、実際にみんなの前でネタを披露し、教室は笑いに包まれました。