

大東地域だより

～大輝地ひろば～

7月号

令和8年7月1日発行

大東ほがらか教室 開講しました! 😊



第1回 健康運動講座



5月29日(金)に令和8年度の大東ほがらか教室が開講しました。
開講式に続いて行われた第1回講座は、NPO法人極真空手門馬道場の山名菜穂子さんを講師としてお迎えし、「椅子に座って楽しむ健康空手」を行いました。
空手というと激しい動きをイメージしがちですが、健康空手は、筋力維持や脳トレを組み込んだもので、年齢問わず楽しく体を動かせます。
受講生の皆さん1人1人の声が聞こえるくらい大きな「押忍!」「エイ!」というかけ声と、笑い声もたくさん聞かれて、楽しみながら心身ともに温まることができました!

第2回 大東こども園訪問 (花の苗植え)



第2回目のほがらか教室は、6月5日(金)に大東こども園に訪問し、花の苗植えを行いました。
今年も福島空港公園事務所から提供いただいたマリーゴールドの苗を受講生22人と園児が協力して苗植えし、かわいらしい園児の皆さんと交流を深めながら、こども園をきれいに彩りました。
その後は、園児によるかわいいダンスを披露いただき、受講生の皆さんも元気をいただけたようです。

大東地区球技大会開催！！



バレーボールの部



6月14日(日)大東地域体育館で開催された大東地区球技大会兼第44回大東地区バレーボール大会には、6チーム・50名が参加し、多くの応援も駆けつけ、熱戦が繰り広げられました。

なお、大会結果は左表のとおりで、「ジュネス」が優勝を果たしました！

	チーム名
優勝	ジュネス
準優勝	るかバッファローズ
3位	松本イーグルス
	なおみファイターズ



優勝おめでとう
ございます☆

グラウンド・ゴルフの部

6月17日(水)福島空港公園で、令和8年度大東地区球技大会グラウンド・ゴルフの部が開催されました。

この日は天候に恵まれ約100名が参加し、きれいに整備された天然芝でのプレーを楽しみました。

熱中症も心配される暑さとなりましたが、体調不良の方が出ることもなく、大盛り上がりの大会となりました。

なお、大会結果は下表のとおりです。



優勝おめでとう
ございます☆

	男性の部	女性の部
優勝	宗形 一男	柴田 よつ子
準優勝	村越 栄三郎	若松 イセ子
3位	須田 勝兵	関根 恵美子
4位	関根 孝喜	関根 カツエ
5位	関根 好英	若松 ミチ子



大東行政センターの各種募集情報

募集中!

市内の小学生対象

夏の特別企画!

ひえひえ
実験ラボ

液体窒素ショーと
シャーベット作り

青少年教育講座×すかがわTECツアー

親子で潜入!
郡山巨大市場と
ハイテク工場探検!

- ◆日 時:7月11日(土)14時~15時30分
- ◆場 所:大東コミュニティセンター 講堂
- ◆対 象:市内の小学生と保護者
10組20名程度
- ◆参加費:無料
- ◆持ち物:シャーベットにするジュース1種類、
水分補給用の飲み物
- ◆申込方法:電話、メール、下記二次元コードから
- ◆申込締切:7月6日(月)

- ◆日 時:7月31日(金)8時30分~16時
- ◆場 所:郡山卸売市場・アルファ電子株式会社
- ◆対 象:市内の小学生と保護者 25名程度
- ◆参加費:無料
- ◆持ち物:ハンカチ、飲み物、帽子、雨具など
- ◆申込方法:電話、メール、下記二次元コードから
- ◆申込締切:7月17日(金)

液体窒素ショーとシャーベット作り
申込用二次元コード



郡山巨大市場とハイテク工場探検
申込用二次元コード



大人の
放課後
倶楽部

eスポーツ&ゲーム
Night

~大人たちよ、夏の夜を遊ぼうぜ!~
/もちろん子どもたちも!~

第45回 大東地区 バドミントン大会

日 時	7月29日(水) 18時00分~19時30分
会 場	大東コミュニティセンター 講堂
対 象	市内在住・在勤の方 どなたでも
参 加 費	無料
遊 べ る ゲ ー ム	「PICO PARK」「PICO PARK2」 アナログゲーム各種
持 ち 物	好きなお菓子、遊びたい・紹介し たいアナログゲーム
申 込 み	下の二次元コードまたは電話で事 前に参加申込みをお願いします。

◆途中参加・途中退場OK! 当日の飛び入り参加も
OKです◎

日 時	7月18日(土) 19時00分~
会 場	大東地域体育館
対 象	・大東地区内在住・在勤者 または ・大東体育振興会の会員
参 加 費	無料
持 ち 物	上履き、飲み物など
申 込 み	7月10日(金)までに大東行政セ ンターへお申し込みください。
そ の 他	・試合はダブルスで行います。 (組み合わせは当日行います) ・道具のない方は、貸出します。



◇eスポーツとは?

「エレクトロニック・スポーツ」の略で、コン
ピューターゲームを使った競技のことです



←大人の放課後倶楽部 申込用二次元コード

大東行政センター 7月～8月上旬の行事予定

7月	
1日(水)	大東地区老ク連・文化振興会 除草ボランティア
3日(金)	ふるさと歳時記「七夕」 (大森小学校)
5日(日)	環境美化デー
11日(土)	青少年教育講座 「ひえひえ実験ラボ」
16日(木)	青色回転灯パトロール (担当:田中区)
17日(金)	第2回大東区長会
18日(土)	第45回大東地区バドミントン大会
24日(金)	ほがらか教室 「防犯講話 交通安全講座」
29日(水)	大人の放課後倶楽部 「eスポーツ&ゲームNight」
31日(金)	青少年教育講座 「郡山巨大市場とハイテク工場探検」
8月	
2日(日)	大東地区スカットボール大会
6日(木)	大東地区グラウンド・ゴルフ大会
14日(金)	ほがらか教室 「スポーツ体験 ボッチャ」



健康Column 熱中症に注意しましょう!



東北地方も梅雨入りしました。気温があまり高なくてもじめじめした日が続いていますね。実は梅雨の時期にも熱中症は多く起こります。

なぜかという、梅雨の時期は湿度が高く、汗が蒸発しにくいいため体の熱を逃がせないためです。梅雨は涼しい日と蒸し暑い日が交互に来ます。「梅雨の晴れ間」や「梅雨明け直後」に急に気温・湿度が上がる日は、体が追いつかず特に危険です。

● 熱中症予防のポイント ●



- 屋内外を問わず、のどの渴きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。1日あたり1.2Lを目安に。
- 日傘や帽子で暑さを避け、涼しい服装をしましょう。マスクを着けると熱が逃げにくく、気づかぬうちに脱水になることがあるため、屋外で人と離れている時は外すなど工夫しましょう。
- 熱中症警戒アラートが発表されたら、外出や屋外での運動を控え、積極的にエアコンを使用しましょう。※熱中症警戒アラート:熱中症の危険性が極めて高いと予想される前日の夕方や当日の早朝に都道府県ごとに発表され、テレビや防災無線、SNSで発信されます。

これからますます気温が高くなりますが、ご家族、ご近所さん同士で声をかけ合いながら、熱中症を予防して元気に過ごしましょう。

「大東地域の課題解消と明るい未来の実現」アンケートを実施中です!



地域住民との対話、交流などを通して地域の課題や将来像を把握するとともに、「自分たちの地域課題は自分たちで解決する」という意識の醸成を図るため、年齢・性別にとらわれず、各種イベントや講座等の開催時に不特定多数を対象としたアンケートを実施します。行政センターにお越しの際は、ぜひアンケートにご協力ください！大東地区の地域課題を解決し、明るい未来の実現を一緒に目指しましょう!



大東GC
公式インスタ

公式インスタグラムで日々の情報をゆるく発信中♪
ぜひフォローお願いします!! @DAIKICHIKUN.OOHIGASHI



こちらから
Check!!