



210

<http://shibuya-komireku.net/>

令和4年7月号

## 暑中お見舞い申し上げます

令和4年夏…関東甲信地方は6/27に統計開始以来最も早い梅雨明け。  
東京都心は6/25から9日連続で猛暑日…これは観測史上最長を記録  
しました。暑くて暑くて、外に出るのもいやになるほどでした。

記録づくめで七月に入りましたが、夏本番はこれからです。  
このところ感染者がまた増加に転じ、“第7波”も懸念されます。  
体調には十二分に気を付けられ、夏を乗り切ってください！！

好き好き  
スポーツディ



### 好き好きスポーツディ

スポーツセンター・小体育室

<バレーンテニス>

7月23日(土) 13:30~15:30

8月13日(土) //

8月27日(土) //

9月10日(土) //

9月24日(土) //

ひがし健康プラザ・アリーナ

<リングバトル・エクササイズ等>

7月16日(土) 14:00~16:00

\* 7月23日(土) ⇒アリーナ使用不可

7月30日(土) 14:00~16:00

8月6日(土) //

8月13日(土) //

8月20日(土) //

8月27日(土) //

地域巡回教室

## 2 地域巡回普及教室～3B体操

中高年対象	7月14日(木)	9:30～11:00	ひがし健康プラザ
	7月21日(木)	〃	〃
	7月28日(木)	〃	〃
	8月4日(木)	〃	〃
	8月11日(木)	〃	〃
	8月18日(木)	〃	〃
	8月25日(木)	〃	〃

地域巡回教室

## 3 地域巡回普及教室～ペタンク

	7月16日(土)	13:30～16:30	スポーツセンター 相撲場横
	7月23日(土)	〃	〃
	7月30日(土)	〃	〃
	8月6日(土)	〃	〃
	8月13日(土)	〃	〃
	8月20日(土)	〃	〃
	8月27日(土)	〃	〃

年会費

4

## コミレク年会費をお願いします

コロナ禍でイベントの中止が昨年一昨年と相次ぎましたが、リングバトル・エクササイズ・ペタンク・バルーンテニス・3B体操等は一年を通して活動することができました。

今年度も感染予防に留意しながら活動していきます。

現在、令和4年度の年会費をお願いしております。会費をお納めの方は各地域担当者から領収証をお受け取り下さい。

訃報

## 千駄ヶ谷地区 葛西レツさん逝去

病气療養中だった千駄ヶ谷地区の葛西レツさんが7月4日に逝去されました。享年 83歳。

葛西さんは千駄ヶ谷地区で体育指導委員、青少年委員、施設開放委員長などを歴任され、千駄ヶ谷で30年以上に渡り活動されて来られました。コミレクでも各種行事に積極的に参加してくださいました。

心よりご冥福をお祈り申し上げます。

サマーフェスタ

6

## コミレク☆サマーフェスタ

4年ぶりに“コミレク☆サマーフェスタ”を開催します！  
ご家族と、お友達と遊びに来てください！お待ちしております！！

<10:00~15:00> \*12:00~12:40 ランチ休憩

ボッチャ、リングバトル、バルーンテニス、モルック、  
シャフルボードなど

途中で…

<13:30~13:45> キッズダンス発表会

<13:45~14:30> プチ運動会（3Bの用具を使用）

日時： 7月17日（日） 10時～15時

\*スタッフ集合 9時

会場： 渋谷区スポーツセンター 大体育室

参加費： 無料

持ち物： 体育館用シューズ

問合せ： 事務局 吉備 厚子 (TEL 03-3356-1957)