

令和8年7月予定

※グループ名は簡略化している場合があります。

6月15日現在

日	曜	午 前 (9時～)	午 後 (1時～)	夜 間 (5時～)
1	水	営利8月分、非営利9月分部屋利用受付開始	サポステ	フラ Kiele
2	木	スペイン語 ハーモニークグリーン バレエエクササイズ	長寿介護課 青い月二胡サークル	ヨガトゥーラ
3	金	ヒグチグループ オカリナライリッシュ リフレッシュ体操	手まり作りの会	
4	土	らく楽川柳の会 ヨガサークル美々 アロマテラピー おはなしのへや(図書館) テーブルゲーム (図書館) ココニコ	美楽会 テーブルゲーム (図書館)	大清水体育委員会
5	日			
6	月	＊ 生涯学習センター・図書館 休 館 日 ＊		
7	火	ハッピースマイル ヨガアムリタ		ヨガサークル美々
8	水	幼児ふれあい教室 きものサークル雪月花	歌声サロン ハッピー会健康体操	バレトンサークル
9	木	ロスアンヘリートス ましゅまる ハーモニークグリーン 和紙ちぎり絵	南校絵手紙 ましゅまる うえた活元会	ヨガトゥーラ
10	金	リフレッシュ体操 楽料理クラブ COZY ヨガ	市民大学トラム	
11	土	ココニコ ヨガサークル美々 あにまるあいず ろうそくの会(図書館)	学習教室ステップ 美楽会 あにまるあいず	学習教室ステップ
12	日	すまいるリトミック	すまいるリトミック	
13	月	＊ 生涯学習センター・図書館 休 館 日 ＊		
14	火	ヒグチグループ ヨガアムリタ	南校校区交通安全対策協議会	南校校区交通安全対策協議会 ヨガサークル美々
15	水	彩々 ミナクル赤ちゃん(図書館)	サポステ	フラ Kiele
16	木	スペイン語 ハーモニークグリーン バレエエクササイズ つまみ細工	青い月二胡サークル	ヨガトゥーラ
17	金	オカリナライリッシュ リフレッシュ体操	手まり作りの会	
18	土	ココニコ ミナクルわっぱ(図書館) ヨガサークル美々	美楽会	
19	日	南校フォーク	南校フォーク 豊川キリスト恵み教会	
20	月	＊ 窓口センター・生涯学習センター・図書館 休 館 日 ＊		
21	火	ヨガアムリタ		ヨガサークル美々
22	水	幼児ふれあい教室	合同補導会議	合同補導会議
23	木	ロスアンヘリートス 歴史講座(図書館)	うえた活元会	ヨガトゥーラ
24	金	図書館休館日 知ったク COZY ヨガ リフレッシュ体操 彩々	市民大学トラム	
25	土	知ったク ココニコ ヨガサークル美々	学習教室ステップ 美楽会 豊橋みなみ共産党支部	学習教室ステップ
26	日	知ったク パパママ子育て教室 日曜シネマ(図書館)	ともの会 日曜シネマ(図書館)	
27	月	＊ 生涯学習センター・図書館 休 館 日 ＊		
28	火	ヨガアムリタ	歌声サロン	ヨガサークル美々
29	水		ハッピー会健康体操	バレトンサークル
30	木	カンパーニュ ハーモニークグリーン		ヨガトゥーラ
31	金	リフレッシュ体操		

【ミナクル駐輪場利用におけるお願い】 自転車の部品盗難が発生しています。

盗難防止のため、以下の点にご協力ください。

- ・鍵は必ず二重ロックにする
- ・取り外し可能なライトやアクセサリは持ち帰る
- ・貴重品は自転車に置いたままにしない
- ・できるだけ人通りが多く、明るい場所に駐輪する
- ・長時間駐輪する際は施錠状態を再確認する
- 皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

回覧

ミナクル通信

第135号

令和8年7月号

南校生涯学習センター26-0010
大清水図書館 39-5900
大清水窓口センター 25-5106

ミナクル HP



豊橋市大清水まなび交流館 ミナクル 〒441-8133 豊橋市大清水町字彦坂10-7
http://www.city.toyohashi.lg.jp/17157.htm
mail:nanryo@city.toyohashi.lg.jp

暑い！！暑い！！暑すぎる日は、

“クールシェアスポット”のミナクルへ、どうぞお越しください。



「クールシェア」とは、暑い日に家で一人一台エアコンを使うのではなく、涼しいところに集まって皆で涼しさを共有（シェア）することで、節電につなげていくという取組です。
涼しさを共有できる場所を、豊橋市ではクールシェアスポットとして市民の皆様へ開放しています。



「クーリングシェルター」(指定暑熱避難施設)とは、気候変動適応法第21条第1項に規定する施設です。この施設は、[熱中症特別警戒アラート](#)が発令されたとき、暑さをしのぐ場所として利用できます。

日本の夏は、年々暑さを増している。朝から照りつける日差しに、犬の散歩は躊躇し、買い物へ出るのも躊躇ってしまう。そんな暑い季節になると、ミナクルは少し違った役割が生まれる。「クールシェアスポット」として、地域の人々が涼を求めて立ち寄る場所になるのである。

冷房の効いた地域じょうほうひろばに入った瞬間、「ふう、助かった」「涼しい～」思わず頭の中でつぶやいている方が多くいるように感じる。地域じょうほうひろばの椅子に座り、持参した水筒を開ける人。新聞をゆっくり読む人。待ち合わせ前に一息つく親子。誰もが思い思いの時間を過ごしている。

ミナクルの地域じょうほうひろばから眺める景色の中に、涼しいという気持ちいい感覚とともに、どこかそこに安心感がある。雑誌コーナーを眺めたり、掲示板の講座案内に目を留めたりしているうちに、「こんな講座があるんだね」と気づく。時には、顔なじみ同士が「暑いねえ」と笑い合い、そこから世間話に花が咲くこともある。

猛暑の時代、「無理をせず涼しい場所へ避難する」ことは、命を守る行動だ。しかし、家で一人エアコンをつけることに遠慮を感じる人もいる。電気代はどんどん上がっている。そんな時、気軽に立ち寄れる公共施設の存在はとても大きい。

ミナクルは、学びの場であると同時に、地域の“縁側”のような場所でもある。涼を分け合い、人とのつながりを感じながら過ごす夏。クールシェアとは、単なる節電の工夫ではなく、地域で支え合う知恵なのかもしれない。

【熱中症対策について】

熱中症搬送者の半数以上は、高齢者（65歳以上）です。身近な高齢者に対し、昼夜問わず、エアコン等を使用するよう声かけをしましょう。

高齢者のほか、子ども、持病のある方、肥満の方、障害者などは熱中症にかかりやすい「熱中症弱者」です。これらの方々は、こまめな休憩や水分補給（1日あたり1.2リットルが目安）を喉が渇く前から、より積極的に、時間を決めて行いましょう。また、外出も控えるようにしましょう。

【ミナクル職員の“昭和の夏”の思い出】

初めてエアコンが家に来たのは、小学校二年生の時だった。そのエアコンは8畳の客間に設置された。日常使いする部屋ではなかった。夏休みは、エアコンのない畳の部屋で、甲子園の夏の高校野球のテレビを横目に見ながら、ランニングシャツ1枚、短パン姿で扇風機とにらめっこ。扇風機に向かって、声を発すると、「ブウア～」「アバア～」など日常生活の中で聞くことのない変な声になることが楽しかった。エアコンのなかったあの時代、皆さんの夏の思い出は何ですか。

大清水図書館

◆休みは毎週月曜日、第4金曜日

■豊橋南高校自然科学部 活動記録パネル展

豊橋南高等学校の自然科学部の楽しい実験の様子などの活動記録をパネル形式で展示しています。生徒へのメッセージカードも募集中です。ぜひ夏休みの自由研究の参考に！

期 間： 6/27（土）～8/30（日）

■豊橋南高校自然科学部 ときどき実験教室ラボ

日 時：8/1（土）①13：30～14：15 ②15：00～15：45

※内容は同じ。申込はどちらか一方のみ

場 所：ミナクル2階 工作実習室

対 象：小学生

内 容：ふわふわマシュマロスライムとプラバンを使ったオリジナルキーホルダー作り

参加費：小学生1名につき100円

定 員：各回10組（応募者多数の場合は抽選）

※1組あたり「保護者1名」と「小学生2名」まで参加可能

申 込：7/9（木）～7/23（木）大清水図書館へ電話又は窓口で申込み（※抽選結果は7/25（土）に電話でお知らせします。）

■受講者募集 大清水図書館歴史講座 「とよはしの史跡と文化財」

豊橋市の歴史について史跡や文化財を通して学芸員から詳しく学べる講座

日 時：7/23（木）10：00～11：30

場 所：多目的室

講 師：二川宿本陣資料館学芸員 鶴田 知大

申 込：7/3（金）から大清水図書館へ電話又は窓口で申込み

定 員：40名（申込順）

■7月の「日曜シネマ」～大きなスクリーンでDVDを上映します～

日 時：7/26（日）10時～、14時～ 場 所：1階 第1会議室

作 品：『忍たま乱太郎 忍術学園全員出動！の段』を上映



司 書 が
贈 る
今月の一冊

『猛暑対策 BOOK』

藤井直人／著、小学館
『酷暑』という言葉がびったりの厳しい暑さが続くこの夏。暑さによる体調不良や熱中症が気になる方も多いのではないのでしょうか。

本書では、体温調節の専門家が、熱中症予防の基本やエアコンの上手な使い方など、すぐに役立つ知識をわかりやすく紹介。涼しい大清水図書館で、夏を元気に乗り切るヒントを見つけてみませんか？



大清水窓口センター

◆休みは毎週土日曜日、祝日

☎0532-25-5106

国民年金に加入されている方へ（第1号被保険者）

◆令和8年度の国民年金保険料は月額17,920円です。

- ・国民年金保険料を納めることが困難な場合、申請して国の審査（前年の所得）で免除されることがあります。
- ・年金は将来のために未納のままにせず、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の手続きを行ってください。
- ・保険料免除・納付猶予は、原則として7月～翌年6月の1年毎に申請が必要です。

- ※天災、失業等の特別な理由があるときは、所得が審査基準を超えても承認される場合があります。
- ※失業された方は、離職票または雇用保険受給資格者証をお持ちください。
- ※学生の方で国民年金保険料を納付することが困難な場合は、学生納付特例制度をご利用ください。
- ※学生納付特例申請は原則として4月～翌年3月の1年毎に申請が必要です。学生証をお持ちください。

「ミナクル夏休み教室」今年もやります

ミナクル夏休み教室 豊橋南高生徒による教育支援活動

★内容 小学生の「夏休みの宿題」支援

★日時 8/4（火）～8/6（木）3日間 いずれも14：00～16：00

★場所 ミナクル多目的室 他

★対象 大崎、植田、野依、大清水 富士見、老津小の在校生

★定員 40名程度（一日あたり）

★参加料 無料

★申込 7/7（火）から（先着順） 南稜生涯学習センター（☎26-0010）

ミナクル通信 七月号の一句
ミシュランの三ツ星よりも 母の味
らく楽川柳の会 彦坂くみ子

南稜地域のイイ風景① のはなしょうぶに癒されて

～ 大清水しょうぶ園まつりで、初夏に向かって目と心の保養～

強い風と雨を伴った台風が通り過ぎたあとの6月7日、8日の両日。大清水しょうぶ園まつりが盛大に開催されました。

可憐に咲く花の観賞、写生会、お茶やお饅頭のお接待、そして弾き語りや和太鼓演奏など多彩な出し物に、訪れた方々は、目、耳、口など五感で、この時間、空間を楽しむことができました。「校区の方々のおもてなしがうれしいですね」「お気に入りのしょうぶをみつけ、絵を描くことができました」などの声を聞き、心なごむ祭りでした。

ノハナショウブの花言葉は「優雅」「忍耐」「うれしい知らせ」初夏の風に揺れる姿は、季節からの便りのようです。夏がいよいよ始まります。



【手間と愛情を注ぐ 一人ひとりの取組み】

しょうぶ園まつりの開催前、しょうぶ園に、ひとり花を手入れをされている方がいました。近づいて挨拶をすると、大清水校区自治会長の手塚さんでした。何をしているか尋ねたところ、花が咲いたあとの種子(タネ)を摘み取っているとのこと。理由を聞くと「株の体力を守るため」とのこと。植物は種を作る時に多くの栄養やエネルギーを使います。種をそのまま成熟させると、株が疲れてしまいます。これから咲く花に、栄養を回し、元気に花を咲かせやすくするそうです。見た目を整える意味もあります。ふくらんだ種子は、次第に茶色く枯れていきます。これを取り除くことで、株全体がすっきり見え、しょうぶ園の景観をきれいに保つことができます。数百株ある花に、しょうぶ園を守る方々が、これだけの手間と愛情を注いでいただくからこそ今年も素敵な花を観ることができました。心から感謝します。

南稜地域のイイ風景② ティラノザウルスに励まされて

～大清水駅前周辺で、こどもたちを全力応援～



5月12日朝、大清水駅北の富士見街道の交差点で、地域の高齢者グループがユニークな取り組みを行った。メンバー数人がティラノザウルスの着ぐるみ姿となり、通学時間帯に大清水小の児童や南高校生に「元気や笑顔を送る活動」を実施した。ちょっと怖いけど愛嬌のある恐竜の姿に、登校中の児童や生徒たちは驚きながらも笑顔を見せ、「おはようございます」と元気にあいさつやハイタッチを交わしていた。地域の方々のオモイが、若い人たちの元気につながることを願います。併せて、着ぐるみをきて熱中症にならないよう活動されることを願います。若い人たちも、皆さんの活動や日々の生活を応援しています。

