



メンバー ボランティア 募集



シャドーズ (ミニテニス)

障がいをもつ方々と一緒に、
みんなで楽しく過ごして下さる方を
お待ちしております。



場所: 大村市シーハットアリーナ(体育館)1・2階

日時: 下記例会日※コートが取れた日。

会費: ^{いっ}一か月分300円※コート費、ボール代。

持ち物: 体育館シューズ、水分、タオル

連絡先: 支援センター ラフラム[TEL 52-0690]

: 大村市ボランティアセンター[TEL 56-8663]

7月 [季節] 梅雨明けの暑さひとしおでございます。旬 ≪[青果] ^{ようけいさいるい}葉茎菜類(葉や茎を食べる) (高原)レタス、にんにく。[果菜類(実を食べる)] トマト、きゅうり、ピーマン。[果実的野菜(果物のように食べる)] スイカ、メロン。| [開花] アサガオ、ヒマワリ、ユリ。| [時期] ^{ちゅうげん}お中元。≫。暦 ≪(7日[月])「^{たなばた}七夕」。 (19日[土]・31日[木])「^{とよう}土用の丑の日」。 (21日[月・祝]: 7月第3月曜日)「海の日」。≫。



〈例会日〉14:00~16:00

○7月分… 2日(水) ^{メイン}コート、
16日(水) ^{メイン}コート、
30日(水) ^{メイン}コート



うなぎ蒲焼
[夏バテ防止を願って]

《7月の開花》 ヒマワリ[向日葵]
英名 Sunflower 【サアンフラアワ】
(太陽の花)。

中国名: 向日葵[xiàng rì kuí (シアンリークウイ)]

原産地: 北アメリカ。

大きな黄色い花びらがあって色の濃い部分は黄金色なのと中心の種が特徴。

○8月分…27日(水) ^{メイン}コート

※各自、都合のつく日に参加しています。

