

「ダンベルサークル・脳げんき教室交流会」で健康づくり!



健康づくりに興味のある方、レクリエーションを楽しみたい方など、どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください!

平成28年度交流会のご案内

- と き** 10月26日(水) 9:30~12:00
と ころ 塩釜ガス体育館第1競技場
内 容 サークルのステージ発表
 レクリエーション
 「創作ダンベル」の体験
 サークル活動写真・作品展示
持ち物 玄米ダンベル(お持ちの方)
 運動靴、タオル、飲み物
 ※動きやすい服装でお越しください。
申 込 10月21日(金)まで保健センターへ電話か
 ファクスで申し込みください。

ダンベルサークル・脳げんき教室とは?

健康づくり・介護予防を目的に、自主的に継続して活動しているサークル・教室です。ダンベル体操などの運動や手芸など、活動はさまざまです。町内会や有志で活動しており、現在62サークルあります!

年に1回の交流会ではサークルや教室の参加者が、活動の成果の発表やレクリエーションなどで交流をはかっています。

新たな会員も随時募集しています!

問・申込 保健センター ☎364-4786
 FAX364-4787



サークルステージ発表



創作ダンベル体験



作品展示

一軒一灯運動で 犯罪者から地域を守る



安全なまちづくり推進の一環として、「一軒一灯運動」に取り組んでいます。これは、各家庭で玄関灯や門灯を一晚中点灯し、犯罪者が活動しにくい環境を作る防犯ボランティア運動です。

犯罪者は、人に見られることを嫌い、明るい場所での犯行を避けることから、夜型犯罪の抑止に効果が高いと言われています。

皆さんの取り組みで、地域を犯罪から守りましょう。

20ワットの電球を約12時間点灯した場合の電気料金は、1カ月で180円程度ですが、これで防犯・事故防止などに大きな効果が見込めます。



【主な効果】

- ・ひったくりや強盗などの街頭犯罪を抑止する。
- ・地域を明るくすることで、地域住民が安心して歩くことができ、犯罪者がその地域に近づきにくくなる。

問 市民安全課市民生活係 ☎355-6486

平成29年度入学予定者 就学時健康診断を 行います



お子さんが健康な学校生活を送るための大切な健康診断ですので、必ず受診してください。

詳しくは、送付している受診案内をご確認ください。

対象者 平成22年4月2日~平成23年4月1日までに生まれた児童

健康診断 内科、歯科、眼科、耳鼻科

検査項目 身体測定、視力、聴力、心電図など

健診会場 各学校 **健診日** 下表参照ください

学校名(会場も同じ)	健診日	受付時間
第一小学校	11月28日(月)	12:30~13:00
第二小学校	11月22日(火)	
第三小学校	10月27日(木)	
月見ヶ丘小学校	11月29日(火)	
杉の入小学校	11月17日(木)	
玉川小学校	11月10日(木)	

問 教育総務課保健食育係 ☎355-8461