

1 回目

いきいき体操教室のご案内

2 回目

日 時 2月4日(火)
10:00~11:30

申し込み締めきり/2月3日(月)

日 時 2月25日(火)
10:00~11:30

申し込み締めきり/2月20日(木)



講 師 さんびる

内 容 寒さに負けない健康な体を作しましょう

会 場 町民会館 1階 研修室

※誰でも参加できます。椅子に座って行う体操です。

3 月 園 芸 教 室 の お 知 ら せ

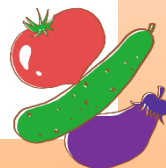
日 時 3月6日(木) 13:30~16:00

会 場 用瀬町民会館 研修室

講 師 西根園芸 西根 雄司 さん

内 容 花と野菜の植え付け準備
玉ねぎ管理

申し込み締めきり / 2月28日(金)

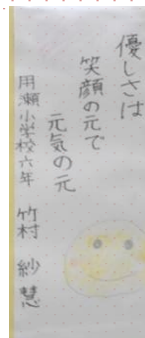


12 月健康づくり教室の様子

生活習慣病予防の減塩食について講義を受けた後、実際に調理をしました。
減塩なのに味がしっかりあることにびっくりしました。

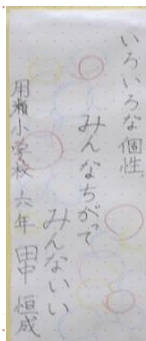


用瀬小学校6年生の
人権標語作品です。



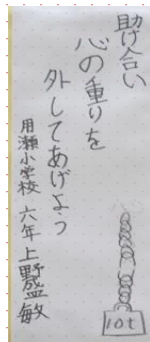
優しさは
笑顔の元で
元気の元

竹村 紗慧 さん



いろいろな個性
みんなちがって
みんないい

田中 恒成 さん



助け合い
心の重りを
外してあげよう

上野 盛敏 さん

所長のつぶやき



いや～あ、ゆっくり休ませていただきました。年末年始の9連休。次の年末年始も9連休になるようで、嬉しいことです。主な出来事は年末30日に餅つき、年始2日に中村家新年会でした。娘たち夫婦と孫たち5人、私と妻で合計13人が勢揃いです。食事をはじめ人生ゲームと子どもくじ引き大会、これがもう大騒ぎです。(母親が亡くなってからまだ1周忌も迎えてないのにバチあたりです。お母さんすみません…) 毎年の夢(宝くじ)は今年3千円が当たりました。

みなさん、この時期は路面が凍ります。歩くときは気を付けてくださいね。①小股で歩く②足の裏全体をつけるようにして歩く(いわゆるペンギン歩き) ③やや前かがみで歩く(転んでも頭を打たないように)です。また、静電気もいやですね。特に車から降りてドアを閉める時には、ビリビリッと来る時があります。これは、ドアの金属部分にさわったまま車を降り、そのまま閉めるといいですよ。

さあ～2月は年金の支給月です。みなさん、楽しみに向かって生活しましょうね。



2月の予定

行 事 内 容	日 時	場 所
いきいき健康体操教室	4日(火) 10:00～11:30	用瀬町民会館
いきいき健康体操教室	25日(火) 10:00～11:30	用瀬町民会館
人 権 相 談 日	7日(金) 10:00～12:00	用瀬町民会館
よ り み ち 食 堂	19日(水) 15:00～20:00	用瀬町民会館

【こちらをご覧ください！】

本市ホームページで市内にある全ての人権福祉センターの
広報紙をご覧ください。

