

湯本振興センターだより

平成25年1月15日 第76号

湯本振興センター事務局 ☎・FAX 27-2053

3B体操教室を開催します！=寿大学=

3B体操は、3種類の用具を使用して音楽に合わせて行う健康体操です。冬場の運動不足を少しでも解消し、寒い季節を元気に乗り切りましょう！

- ▽ 日時 1月22日(火) 午前10時～11時30分
- ▽ 場所 湯本振興センター 2階和室
- ▽ 講師 (社)日本3B体操協会指導士 及川礼子さん
- ▽ その他 参加無料・申込不要です。寿大学受講生以外の方も参加できます。当日は、動きやすい服装でいらしてください。



寿大学・睦大学の合同閉講式と記念講演

- ◆ 日時 2月13日(水) 午前10時～11時30分
- ◆ 場所 湯本振興センター 2階和室
- ◆ 講師 岩手・戦争を記録する会 事務局長 加藤昭雄さん
- ◆ 演題 「岩手に残る青い目の人形」 ※詳しくは次号でお知らせします。



ビリヤード講座の受講生を募集します！

ビリヤードの初心者向け講座を下記のとおり8回コースで開催します。この講座を通して、心身を活性化しながら、楽しく交流しましょう！

- ▽ 日程 2月1日(金)・5日(火)・8日(金)・12日(火)・15日(金)・19日(火)・22日(金)・26日(火)
- ▽ 時間 午前10時～12時
- ▽ 場所 湯本振興センター 2階ビリヤード室
- ▽ 講師 湯本愛きゆう会の皆さん
- ▽ 申込み 受講希望の方は1月30日(水)までに湯本振興センターへ直接または電話でお申込みください。
- ▽ その他 受講料は無料です。キューやボールは、無料で貸し出します。



第27回「子どもの将来を考えるみんなの集い」

この集いは、子どもたちが心豊かにたくましく生き抜くために、「家庭や地域でどう育てていくか」について、それぞれの立場から語り合い、今後の子育ての糧とするとともに、家庭・学校・地域社会の連携をさらに深めるため開催されるものです。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

- 日時 1月26日(土) 午後1時30分～4時35分
 - 場所 花巻温泉 ホテル花巻 1階「胡四王の間」
 - 講演 講師 高田松原を守る会 会長 鈴木善久氏
演題 「避難生活への対応と名勝高田松原の再生をめざして」
 - 発表 小学校児童・中学校生徒・小学校PTA・中学校PTAの発表者
※終了後、午後5時から、関係者による湯本地区教育交流会が開催されます。
- 【お問い合わせ】子どもの将来を考えるみんなの集い事務局 (☎27-2525)



申告相談の日程等について=市民税課からのお知らせ=

湯本地区の方々を対象とする市民税・県民税申告相談の日程は、下記のとおりです。詳しくは、1月15日配布の「平成25年度 市民税・県民税申告のお知らせ」をご覧ください。

また、農業所得等の収支内訳書の作成について、収支記載コーナーでの指導員による指導は行いますが、ご自身で記載していただくこととなりますので、ご協力をお願いします。

※申告会場：生涯学園都市会館(まなび学園)3F 中ホール



日程	午前(9時～11時)	午後(1時～4時)
2/18(月)		糠塚、大畑
2/19(火)	北湯口の一・二	二枚橋駅前
2/20(水)	二枚橋	下湯本、上湯本台一・二
2/21(木)	狼沢、柵ノ目、小瀬川	金矢、花巻温泉、台温泉、宇津野

【お問い合わせ】花巻市 市民税課 (☎24-2111 内線234)

冬の節電に取り組みましょう ~無理のない範囲で~

冬季の電気需要のピークは朝と晩の2回あります。特に夕方から夜8時頃にかけて、最大のピークを迎えます。この時間帯を意識し、無理のない範囲で工夫しながら、効果的に節電に取り組みましょう。



【お問い合わせ】花巻市 生活環境課 (☎24-2111 内線255・258)

1月の講座

☆ 寿大学 (3B体操教室)

- ▽ 日時 22日(火)午前10時～11時30分
- ▽ 場所 湯本振興センター 2階和室
- ※ その他詳細は前記のとおりです。

☆ 書道教室

- ▽ 日時 24日(木)午後3時～5時頃
- ▽ 場所 湯本振興センター 2階和室
- ▽ 持ち物 習字用具、半紙、ふきん
- ※ 受講の申込みは随時受付しております。



書道教室の様子

1月のサークル活動

- ♪ 織姫(さき織り) 毎週月曜日～金曜日
- ♪ 湯本愛きゆう会 毎週月曜日～金曜日
- ♪ 布絵同好会 24日(木) 10:00～(会員募集中・見学自由)
- ♪ 湯本卓球の会 14・21・28日(月) 9:30～(社会体育館)



睦大学 講演会を開催しました

12月14日(金)に二枚橋町会館にて睦大学の講演会を開催しました。東和町 佐々木整骨院の佐々木三郎先生を講師にお招きし、「健康ルンルン百歳まで」と題し、講演していただきました。参加者の皆さんにとって、今後の人生に向けて活力が湧いてくるような講演でした。



手品を体験しマスターしました

12月27日(木)に振興センターにて子ども手品教室を開催しました。講師の二本木光史さんの本格的な手品の実演に、参加者から大きな歓声と拍手が起っていました。また、手品体験も行い、参加者も簡単な手品をマスターすることができました。



ノロウイルスが流行しています =冬は特にご注意ください！=

ノロウイルスによる食中毒等は、特に冬季に流行します。予防にご注意を。

【感染経路】感染から発症までの時間は、24～48時間程度です。

- 感染した人が調理などをして、汚染された食品
- ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など
- 患者のふん便やおう吐物からの二次感染
- 家庭や施設内などでの飛沫等による感染



【主な症状】

- 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。
- 感染しても症状の無い場合や、軽い風邪のような症状のこともある。
- 乳幼児や高齢者は、おう吐物の吸い込みによる肺炎や窒息にも要注意。

【食中毒予防のポイント】

◎調理する人の健康管理

- 普段から感染しないように、食べものや家族の健康状態に注意する。
- 症状があるときは、食品を直接取り扱う作業をしない。
- 症状があるときには、すぐに報告するようにする。



◎作業前などの手洗い

- 洗うタイミングは、トイレに行ったあと・調理施設等に入る前・料理の盛り付けの前・次の調理作業に入る前
- 汚れの残りやすいところを丁寧に(指先、指・爪の間、親指周り、手首)



◎調理器具の消毒

- 洗剤などで十分に洗浄し、塩素濃度200ppmの塩素液に浸して拭く。
- 熱湯(85℃以上)で1分以上加熱する。

【お問い合わせ】花巻市 健康づくり課(花巻保健センター ☎23-3121)

農協湯本支店 建て替え工事中 ～通行にご注意を～

北側の棟の解体が完了し、今後は新店舗の建築工事が行われます。工事現場の周囲にはバリケード(西側は浄化槽の位置まで張り出しています)が設置され、その外側を通行いただいておりますので、湯本振興センターへおいでの際にはご注意ください。

この工事に関するお問い合わせは、農協湯本支店(☎27-2326)へお願いします。



1月初旬の支店北側の様子