

# 八重畠コミュニティだより

八重畠振興センター内  
花巻市石鳥谷町猪鼻 7-30-1  
電話/Fax 47-2113

冬の健康講座①

## 健康カラオケさうん

歌を楽しみながら健康づくり！



開催日：1月15日、29日

2月12日、26日 ※隔週木曜日 全4回

時 間：9時30分～11時30分

その他：申込不要、参加費無料



カラオケは、スポーツのように急激な負担をかけず、「気軽に」「楽しく」健康増進を図ることができます。お腹の底から思いっきり歌えば有酸素運動！みんなで冬場の健康づくりと交流を楽しみながら歌いましょう♪

冬の健康講座②

## 押し花教室

季節を彩るカレンダーブックリ

日時：1月27日（火）9時30分～12時

会費：500円

定員：10人程度

募集：1月23日（金）まで



お申し込みは八重畠振興センター  
(47-2113) までお願いします。

八重畠振興センター年末年始休館のお知らせ

12月29日～1月3日まで休館とさせていただきます。  
12月27日・28日および1月4日を利用希望の方は、早めに申請していただきますようお願いいたします。

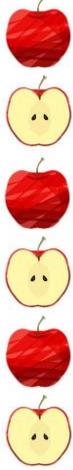
## はやくこいこいお正月！

12月3日、八重畠地区老人クラブ連合会と八重畠小学校4年生によるしめ縄飾りづくりが行われました。わいわい楽しく交流しながら、自分だけのオリジナルしめ縄飾りを作り上げました。



## 今年度のりんご丸かじり事業が終了しました！

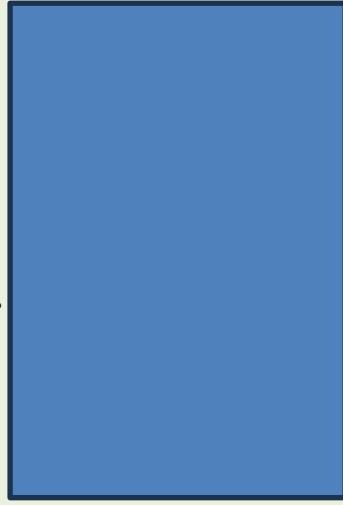
八重畠小学校3年生と地域団体が共同で行う「りんご丸かじり事業」が今年度も無事終了しました。皆様のお力添えに深く感謝いたします。



## 防災研修で陸前高田市を訪れました

11月13日(木)、自然災害に対する防災意識向上を目的に開催し、八重畠地区住民29名が参加しました。午前は気仙大工左官伝承館にて、管理人の方から東日本大震災や大船渡市山林火災の当時の状況を語っていただきました。午後は旧吉田家住宅主屋を見学。津波で被災した部材を使用して家屋を復旧するという世界的に前例のない事業だったとの説明を受けました。

頻発化する自然災害から命を守るために、自分自身や家族、地域を守るために必要な行動は何かを常に考えていきましょう。



がくどうのにちじょう



### ☑ 暖房器具使用チェックリスト



毎年、暖房器具の使用による火災・事故事案が多く発生しています。

今一度下記のチェックリストで暖房器具を使用する際の注意点を確認してみましょう！

#### ☑ 暖房器の点検や清掃はしていますか？

- ↪コードや部品は劣化していませんか。
- 蓄積したホコリ等は取り除きましょう。

#### ☑ 灯油等の取扱いは適切に行えていますか？

- ↪給油は火を消してから行いましょう。
- 油が皮膚に付着して生じる「化学熱傷」にも注意してください。

#### ☑ 暖房器具を安全に使用するための環境整備はできていますか？

- ↪周囲の整理整頓、やけど対策、定期的な換気など少しの注意で火災やケガを防ぐことができます。

#### ☑ 消火器の位置・使用方法は分かりますか？ ☑ 事故の危険性は家族で共有していますか？

- ↪焦らず、適切に消火できるよう使用方法を確認しておきましょう。
- ↪危険を把握し早めの対策を！一人ひとりが防災意識を持ち、有事に備えましょう。

