

地域コミュニティ通信

おおの自治協だより

発行：大野地区自治協議会（大野地区公民館内）
佐世保市田原町 13-29 ☎80-3604
E-mail: oonojichi2508@gem.bbiq.jp

平成30年10月号



2018年9月19日発行

地域福祉部会行事のご案内

コスモスの会 10月15日（月）10時～13時30分

地域の一人暮らしの高齢者や、高齢のご夫婦等を対象に、大野地区福祉推進協議会が主催して、地域の皆さんの舞踊や唄が披露されます。楽しいひと時を一緒に過ごしませんか。昼食も準備されますよ。

★会場：大野地区公民館3階講堂（申込不要）



百歳体操指導者養成講習会

「百歳体操」は、何歳になっても元気で楽しく生活するための体操です。高知市が開発し、今では全国に体操の輪が広がっています。

百歳体操で重要なことは、継続することです。地域高齢者が、無理をせずに自宅から歩いていける範囲に百歳体操の会場があれば良いですね。

あなたの地域で高齢者の健康維持のお役に立つため、そして自分自身の健康増進のために、百歳体操をはじめませんか。



- ★開催日時 1回目 平成30年10月25日（木）14時～15時45分
2回目 平成30年12月11日（火）14時～15時45分
- ★会場 大野地区公民館3階講堂
- ★講師 大野包括支援センター職員 <<申込不要>>

地域交流部会行事のご報告

8月26日(日)女性の健康セミナーを開催しました



定期健康診断はきちんと受けましょう！ 早めの受診で治癒率アップ。

バランスの良い食事と適度な運動が大切です。

女性は40代頃からホルモンバランスが崩れやすくなり、さまざまな不調があらわれます。女性ホルモンと似た働きをする「エクオール」。女性のからだの不調を和らげる働きがあることから、大きな期待を集めています。

「エクオール」をつくれるのは、女性の2人に1人。あなたはごどうでしょう。

「女性ホルモンの変化がもたらす症状の予防と治療」パンフレットが必要な方は公民館へどうぞ！

自治協まつり 出品募集

地域のみなさんの作品を展示するコーナーを設けます。

展示希望の方は、町内の公民館長へお申し出ください。

事前申し込みがない場合は、当日の展示をお断りしますのでご注意ください。

開催日……平成30年11月11日(日)

展示場所……大野地区公民館3階第2講座室・講堂

申込締切……平成30年10月19日(金)

作品搬入日時……前日11月10日(土)午後1時～



まちづくりのスローガン

ひとよし まちよし 明るい大野