



子どもと一緒に出かけよう



白根児童センター ☎372-0530

- イラストコンテスト
- 回 募集:11月13日(月)まで
投票:11月15日(水)~21日(火)
発表:11月23日(木・祝)~30日(木)
- 内容 児童センターにあるものを使って絵を描こう。幼児は塗り絵でも可
- 対象 幼児から高校生 当日直接会場へ

白根南児童館 ☎201-6021

- 作ってあそぼう
- 回 11月23日(木・祝)午前10時半~11時半
- 内容 新聞紙でよく飛ぶフリスビーを作ろう
- 対象 幼児から高校生 当日直接会場へ

味方児童館 ☎201-8346

- ちびっこ広場 お誕生会
- 回 11月15日(水)午前10時半から
- 内容 11月生まれの誕生会
- 対象 幼児と保護者 11月誕生児は11月14日(火)までに同館

白根北児童館 ☎379-1260

- いちごみるくタイム
- 回 毎週木曜 ①午前10時半から②午後1時半から
- 内容 乳幼児のママたちのリフレッシュタイム。パドミントンや卓球をして、スポーツ

の秋を満喫しよう
 対象 ①1歳以上の幼児と保護者②1歳未満の乳児と保護者 当日直接会場へ

子育てオーエンジャー ☆みなみ

- しゃべろっと
- 回 11月17日(金)午前10時半~11時15分
- 内容 味方児童館
- 内容 人形劇サークル「赤ずきん」の人形劇
- 対象 乳幼児と保護者 先着15組
- 会場 同館 ☎201-8346
- にゃんこの手 パパサロン
- 回 11月19日(日)午前9時半~10時半
- 内容 白根北児童館
- 内容 ミニ運動会
- 対象 乳幼児(一人で歩ける頃~2歳)と父親 先着15組
- 会場 11月18日(土)までに同館 ☎379-1260

子育て広場モモ

- 回 11月28日(火)午前10時~11時半
- 内容 白根学習館
- 内容 自由あそび&ちよっとしゃべり場
- 対象 未就園児(0歳児から可)と保護者
- 会場 当日直接会場へ
- 会場 白根地区公民館 ☎372-5533



高齢者インフルエンザ予防接種 費用の一部を助成します



- 回 令和6年3月31日(日)まで 市内委託医療機関(右二次元コード)
- 対象 接種当日に65歳以上の人、接種当日に60~64歳で身体障害者手帳1級相当の心臓・腎臓・呼吸器の障がい、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がいのある人 1,650円(生活保護世帯の人は無料)
- 会場 健康福祉課 ☎372-6375



暖房器具の取り扱いに要注意!

南消防署市民安全課 ☎372-0119

間もなく暖房器具が活躍する季節になります。使用をする時は、以下のポイントに注意して火災を予防しましょう。

- 石油ストーブに給油する時は、必ず火を消す
- ファンヒーターの吹き出し口にスプレー缶など物を置かない
- ストーブの上に洗濯物を干さない



冬場の浴室で多発!ヒートショックに要注意

南消防署地域防災課 ☎372-0119

ヒートショックとは?

急激な温度変化により血圧が上下に大きく変動し、失神や不整脈などを起こすことです。市内では、気温の低い時季に入浴事故が多発し、毎年多くの市民が亡くなっています。

次のことに気をつけましょう!

- 脱衣所や浴室を事前に温めておき温度差を少なくする
- 熱いお湯に長くつかからない(40℃、10分程度が目安)
- 家族に一声掛けてから入浴すると安心です



緊急時の対処方法 浴槽内でぐったりしている人を発見したら…

- ①浴槽の栓を抜き、大声で助けを呼び家族を集める
- ②浴槽から出せるようなら、浴槽内から救出し直ちに救急車を呼び
- 浴槽から出せた場合は、肩をたたきながら声を掛け、反応があるか確認する
- 胸や腹の動きがあるか確認し、ない場合は胸骨圧迫を行う

※意識の異常(自力で水分が飲めない、体が異常に熱い、立てないなどの症状)がある場合はすぐに救急車を呼びましょう

こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センターです 今月のお知らせ

高齢者出張相談会

- 回 11月13日(月)午前10時半~11時半 園 イオン白根店
- 内容 介護保険をはじめ高齢者についての相談を受け付けます
- 会場 当日直接会場へ

認知症カフェ~より道カフェかけ橋~

- 回 11月25日(土)午後1時半~3時
- 会場 白根健康福祉センターなごみなみ
- 参加費 300円(茶菓代) 当日直接会場へ

どなたでも参加できます! 介護専門職も参加し、気軽に相談ができます。



「幸齢ますます元気教室」1~3月コース 参加者募集 ~元気な体を維持し、介護を必要とする状態にならないよう予防しましょう~

- 対象 市の「介護予防の基本チェックリスト」で事業対象者となった人、または要支援認定を受けたが、医師からの運動制限がない人
- 内容 簡単な体操やレクリエーション、お口の健康、栄養、認知症予防などの講座(全12回)週1回90分程度 ※会場や日程は問い合わせください
- 参加費 教材費 ※数百円程度 各地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。相談は無料で、秘密は守られます。

- 地域包括支援センターしろね南 (対象:白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
- 地域包括支援センターしろね北 (対象:白根北・白井中学校区) ☎362-1750
- 地域包括支援センターあじかた (対象:月湯・味方中学校区) ☎372-5121

味方穀倉祭



味方の農産物や加工品、北海道様似町の物産を販売します。地元団体や総合司会のさとちんがステージを盛り上げます。

- 回 11月12日(日)午前9時~午後0時半
- 会場 味方体育館
- 主催 味方穀倉祭実行委員会(味方地区コミュニティ協議会内) ☎201-6855



総合司会 さとちん

教育



地域と学校ウェルカム参観日



市では「地域と共にある学校づくり」を推進しています。その取り組みの一つとして、地域の皆さんに特色ある教育活動を「地域と学校ウェルカム参観日」として公開しています。

- 回 11月23日(木・祝)午前8時半~10時50分
- 会場 味方小学校
- 内容 「地域で学ぶ・地域を学ぶ・地域と学ぶ」活動で、味方地区の自然、農作物、文化について学習した成果を紹介し、地域の皆さんと一緒に味方の魅力について考える
- 会場 当日直接会場へ 同校 ☎373-3273



催し



白根絞り展



白根絞りとは… 愛知県の有松・鳴海絞り、大分県の豊後絞りと並ぶ日本三大絞りの一つです。第二次世界大戦後に生産が途絶えましたが、現在は市民グループにより復興が進められています。

市指定無形文化財「白根絞り」の作品を展示します。

- 回 11月18日(土)~12月17日(日) 午前9時~午後4時半
- ※最終日は午後3時まで
- 会場 しろね大凧と歴史の館
- 会場 当日直接会場へ
- 会場 同館 ☎372-0314

関連イベント♪

●白根絞り体験

- 回 12月17日(日)午後1時~3時
- 会場 しろね大凧と歴史の館
- 対象 小学3年生以上 先着10人
- 参加費 500円(材料費) ※別途入館料が必要です
- 会場 11月30日(木)までに同館

《広告欄》

略して「あおぼー」。「みなみく妖怪大図鑑」ホームページはこちらから↓

