

シルバー人材センター

■何でもご相談下さい

ご家庭でお困りのことはありませんか？シルバー人材センターでは、襖・障子張り、宛名書き、賞状書き、草刈り、草むしり、農作業、植木剪定・消毒、大工仕事、ペンキ塗装、家事手伝い、子守、清掃、パソコンでの原稿作成などのお仕事をお請けしております。なお、2時間以内の一般家庭、高齢者宅の掃除などは1,650円〜でお請けしておりますので、何でもお気軽にご相談下さい。

■ワンコインしるばーさぼーと事業「おでっ隊」

短時間(30分程度)のお仕事を、会員組織「おでっ隊」が有償(500円)で行い、地域の1人暮らしやふたり暮らしの高齢者世帯などの、ちょっとした困りごとを解決します。仕事内容は、ゴミ出し、花の水かけ、リモコンの電池交換、簡単な清掃、話しあいて、ストーブ・扇風機の季節による入れ替え、簡単な縫い物など。ご依頼された仕事は、シルバー人材センターが確認に伺います。利用された方は、現金500円を会員に預け、会員は利用者へ領収書を渡します。

■街なか交流サロン「ひだまり」

「ひだまり」は平日毎日開放してお茶を提供し、市民のみなさんが病院や銀行、買い物に来た時などに、気軽に立ち寄り交流できる場所です。

- 場所/旧ファミリーファッションかとう(中央通商店街)
- 開催日/土・日・祝日を除いた平日
- 開催時間/午前10時～午後3時
- 利用料/1回100円(お茶・お菓子付き)

〈1月の各種イベント予定〉

- 【リフォーム(洋服等)】5日・6日・13日・19日・20日・26日・27日
- 【正月飾り・折り紙】8日・22日
- 【ハーモニカ・切り絵・健康体操】7日・14日・21日・28日
- 【パソコン】15日・29日
- 【茶話会】毎日開催

※詳しくは、下記までお問い合わせください。
ひだまり専用ダイヤル ☎51-8081

■申込・問合せ

シルバー人材センター ☎63-5332へ。

☆☆当店へアクセス☆☆

mail/ super7@sm.rim.or.jp fax/62-0951

メールの場合は「件名」に「あんふいに宛」とご記入の上、「お名前」も続けてご記入下さい。どちらも本文末に、お名前・ご住所・ご連絡先を忘れずにご記入くださいますようお願い申し上げます。

<http://www.meguro-super7.com>

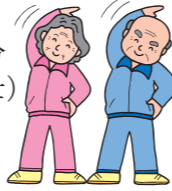
ホームページもぜひご覧下さい。



あぶくま健康塾 《角田市健康づくり推進事業》

■ラフター&ポテンシャル“ヨガ健康法”

- 内容/『錆びない身体作り』と『ナチュラルキラー細胞』を活性化させ『免疫力』をUPしよう!
- とき/1月17日(土) 午前9時30分～11時30分
- 講師/酒井真紀先生(健康運動指導士) 山館実佳先生(ヨガ指導者)
- 会場/内町荘2F和室



■いつまでも若くいたい! 運動秘術をゲット!

- 内容/新しい事への挑戦で身も心もリフレッシュ!
- とき/1月23日(金) 午前9時30分～11時30分
- 講師/三浦 禎先生(作業療法士)
- 会場/ウェルパーク 多目的ホール
- ※各行事 ●持ち物/バスタオル(タオル)・飲み物等 ●参加費/300円(保険等)

■『スロージョギング』で元気な下肢を目指そう!

- 内容/高血圧予防と筋トレの効果大! 脳に酸素を取り入れ『若さ』をキープ!
- とき/1月25日(日) 午前9時～10時 《毎月第4日曜日》
- 講師/仙台大学地域ヘルスケアパートナー
- 会場/台山公園駐車場集合(雨天決行) 傘持参

◆各申し込み・問い合わせ/
角田まちづくり 福祉ほっとの会
笹森 電話・FAX63-1030

新聞購読料金自動振替のご案内

- ◎新聞のご購読料金は、角田市内の全金融機関で自動振替がご利用いただけます。
- ◎自動振替のお申し込みは、各金融機関の窓口または当店へお申し付け下さい。
- ◎日専連カードほか各種クレジットカードもご利用いただけるようになりました。

手続き簡単!



市民ゴルフ場よりお知らせ

《1月の営業時間のご案内》

- 営業時間/平日: 午前8時～ 土日祝: 午前8時～
- 最終受付時間/午後1時45分

《友の会1月度月例会》

- 開催日/1月11日(日)

《冬期平日コンペ》

- 開催日/1月16日(金) 2月13日(金)

■上記それぞれ、電話または直接フロントまでお申込み下さい。
■詳しいお問合せは、電話63-5971 まで



★皆様からのイベント情報等をお待ちしています。原稿は毎月二十日頃までに、当店へ直接お持ちいただくか、FAXまたはメールにてお送り下さい。

初心者・中級者向け・新聞クラフト教室

- 新聞で作る様々なクラフト。初めての方でも安心。時間内の完成を目指します。お気軽にお申込み下さい。
- 次回開催日時/平成27年1月25日(日)
 - ①午前の部/午前10時～正午
 - ②午後の部/午後1時～午後4時
- 受講料/3,000円
- 会場/河北新報日黒新聞店作業所内(泉町137-2)
- 募集人数/10名(お申し込み順とさせていただきます。)
- 各自ご用意いただくもの/カッターナイフ・スティックのり・洗濯バサミ10個
- 講師・お問合せ・お申込み/
エコクラフトアーティスト 佐藤ゆり子
携帯電話 090-2271-8217



もういいかい
火を消すまでは
まあだだよ

火の用心



年末年始の交通事故防止運動 12月15日～1月15日

◆角田警察署◆
☎63-2211

冬の「交通事故防止」ポイント

- 雪が降っていても発生!
- 日陰や橋の上など部分凍結で発生!
- 早朝午前6時～9時台に発生!
- 正面衝突事故が多発!
- 事故防止のために
- アクセルは数回に分けて
- 発進時はアクセルをゆっくり
- ゆっくりとブレーキをかけるよう
- 十分な車間距離をとろう

滑走事故の特徴

ドライバーの皆さんへ

運動期間 3月31日まで

冬道の安全運転 1・2・3運動

321 割スピードダウン

3分の車間距離

3分早めの出発

角田警察署からのお知らせ

年末年始の防災対策! ひたくり等路上犯罪や長期不在の空き巣に注意!!

年末年始は、社会の動きが慌ただしくなり、忙しきでつい気が緩んでしまいがちです。ちょっと油断した際の「ひたくり」「路上強盗」などの路上犯罪や、帰省や旅行等で長期間家を空ける際の空き巣に注意しましょう。

1. ひたくり被害に遭わないための対策を!
犯人に隙を見せないことが必要です。
 - 一人歩きの際、周囲を警戒しましょう
 - ときどき周りを見て、不審者がいないか注意しましょう。
 - バッグは道路と反対側に持ちましょう。
 - バッグは道路と反対側に持ち、犯人をバッグに近づけない。
 - 自転車前かごには防犯ネットを付けましょう。
 - ひたくり犯は、手や肩に持っているバッグだけではなく、自転車の前かごに入れているバッグも狙っています。
2. 【ワンドア・ツーロック】で防犯対策!
「この家は入りやすい。」「この家は不在だ。」と思われぬ工夫が必要です。
 - 家の周りの見通しをよくしましょう。
 - 見通しが悪いということは、犯人が隠れる場所がたくさんあるという事です。
 - 留守であることを知られないようにしましょう。
 - 郵便物や新聞がたまっていると留守であることを教えている様なものです。
 - 泥棒は簡単に入れる家を狙います。
 - ドアや窓に鍵を二つ付けたり、「防犯性の高い建物物品」を使いましょう。
3. 自転車飛び出し事故多発!!
 - 自転車も車両扱いとなります。
 - くれぐれも注意して運転しましょう。

「夕暮れ時の交通事故防止運動」

- 期間/平成27年1月31日(土)まで
- 運動の重点/
 - ◆ライトオン
早めのライト点灯!
午後4時ライトオン!
 - ◆ライトアップ
反射材等で、自分自身をライトアップ!
 - ◆ライトケアフル
運転席から見て右側部分の注意喚起と横断者の保護



「110番の正しい利用について」

- 1月10日は110番の日◎110番通報のポイント
 - ①いつ(時間)
 - ②どこで(目標となる建物や住所)
 - ③だれが(本人・家族・友人)
 - ④何があったのか(どろぼう・交通事故等)
 - ⑤どうなっているのか(現在の状況・状態)
- ◆受理担当者が質問します。落ち着いて答えて下さい。