

# 5月号 横手中央



〒013-0018 横手市本町3-30

【TEL】32-3137

【E-mail】[yokotechuo-ckc@city.yokote.lg.jp](mailto:yokotechuo-ckc@city.yokote.lg.jp)

【FAX】33-7517(停電時TEL)

## けんこう講座「オーラルケア」

“オーラルケア”について学んでみませんか？

オーラルケアとは歯磨きだけでなく、むし歯や歯周病予防のために行う口腔内のケア全般のことをいいます。口腔内のケアを続けることで様々なお口のトラブルを予防することができます。健康寿命にもつながる歯や口の健康と全身の健康との関わりについて歯科衛生士から教えていただきます。お口のお悩みや不安がある方、ぜひご参加ください。

開催日:5月28日(火)

時間:10:00~12:00

会場:横手中央地区交流センター

内容:むし歯や歯周病やオーラルフレイル予防、口腔ケアの方法について学びます。

講師:横手保健所 歯科衛生士

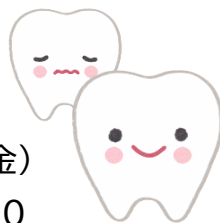
参加費:無料

定員:15名

募集期間:5月7日(火)から5月17日(金)

受付は平日の9:00~16:00

6月4日から10日は歯と口の健康週間です



【申込み・問合せ】

横手中央地区交流センター

☎32-3137

## 第52回 横手地域市民文化祭を開催いたします

主催:横手地域芸術文化団体連盟

たくさんの方々・団体のお申込みをお待ちしています

開催日:10月5日(土)~10月6日(日)

会場:横手市民会館・横手市民交流センターY2ぷらざの2会場

部門:「ステージ部門」「展示部門」

参加対象:年齢を問わず、横手地域内で活動されている個人・団体・サークル・部活・グループなど

募集期間:5月7日(火)~5月31日(金)

申込方法:専用の申込用紙(開催要項)を横手地域内の横手中央・朝倉・栄・旭・境町・黒川・金沢の各地区交流センター窓口へ提出

申込用紙:横手地域内の7地区交流センター窓口へ設置

活動の成果を  
市民の皆さんに  
見てもらいたい!

仲間を増やす  
PRをしたい!

参加したい!

照明のある  
ステージでおもいきり  
発表してみたい!

そんなパワーを発揮する場を提供します!

問合せ先:朝倉地区交流センター(あさくら館)

TEL:0182-35-2138 / FAX:0182-32-8648

mail:[asakura-ckc@city.yokote.lg.jp](mailto:asakura-ckc@city.yokote.lg.jp)

講座名	講座内容	開催月(予定)
わくわく健康塾	第1回 多肉植物の寄せ植え教室	5月
	第2回 横手警察署の見学	7月
	第3回 移動研修(大仙市)	9月
	第4回 フレイル予防	11月
けんこう講座	オーラルケア	5月
	腸活	7月
季節の寄せ植え教室	草花の寄せ植え(秋田県立農業科学館)	6月
大人の社会科見学	横手学校給食センター等の施設見学	8月
はつらつ講座	ノルディックウォーキング	10月
	音楽レクリエーション	2月
男性のための料理教室	男性対象の健康料理教室	12月
お正月のフラワーアレンジメント教室	お正月向けのフラワーアレンジメント	12月
おやこ講座	親子でクッキング	2月
状況により内容や期間が変更になる場合がございます。 各講座の詳細につきましてはセンターだよりで随時お知らせいたします。		

### ～生涯学習活動を始めませんか～

横手中央地区交流センターを利用して、たくさんの方々が様々なサークル活動を行っています。何かを始めてみたい方や生涯学習活動に興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。



新しく担当いたします  
よろしく  
お願いいたします



この4月から横手中央地区交流センターの担当となりました高橋新一と申します。当センターの周辺は「山と川のある町」の風光明媚な場所となっており、皆様が楽しく快適で充実した活動時間を過ごせますように精一杯努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

7月分の施設予約は5月1日(水)から受付いたします。

◆窓口での申請 9:00～ ◆電話での仮予約 10:00～ ◆インターネットでの仮予約 13:00～