

雄物川地域
5地区交流センター
合同事業

防災講演会開催



12月9日(土)、雄物川地域5地区交流センター合同事業として、雄物川コミュニティセンターを会場に『防災講演会』が開催されました。

AAB秋田朝日放送のお天気キャスターでもおなじみの、和田幸一郎氏を講師にお迎えし「秋田の気象災害と防災」と題し講話をして頂きました。

今年の夏の異常気象で起きた様々な事例などを紹介したり、自身で実験や体験をした事などを軽快な語り口でお話してくださり、参加者は興味深く聞き入っていました。

こうした防災事業は、近年の異常気象に対応するためにも地域全体で今後も行っていく必要があると意識づけた会となりました。



福地地区交流センター（ふくふく館）
年末年始休館のお知らせ

12月29日（金）～**1月3日**（水）

事業開催日変更のお知らせ

1月17日(水)、の『いきいき健康講座』は都合により**1月24日(水)**に変更となりますので、ご了承下さいます様よろしくお願い致します。

食生活改善推進員による伝達講習会開催



12月12日(火)、横手市食生活改善推進協議会・雄物川支部推進員による伝達講習会を開催しました。

最近よく耳にする『フレイル予防』についての講話の後、電子レンジでの野菜の過熱方法や塩分を抑える方法などを学びました。

新型コロナウイルスが第5類に分類されたこともあり、参加者は30名程となり調理も少人数ずつに分けての実習でしたが、皆さん手際がよくあっという間の完成となりました。

メニューは、「しゃぶしゃぶサラダ」と「しゃぶしゃぶ汁で卵わかめスープ」で、普段は捨ててしまいがちな汁をスープに活用したり、肉の茹で方など大変参考になったと好評でした。

空き缶回収に関するお知らせ

雪により空き缶を搬出する作業が困難なため、冬期間は回収を休止とします。

雪が融けた頃また回収を再開する旨お知らせしますので、よろしくお願い致します。



ふくふく館で冬期間開催の健康事業に参加しませんか？

その1 いきいき健康講座

開催日・・・
11月～3月の第1・3水曜日

時間・・・
午後1時30分～3時まで

開催場所・・・
福地地区交流センター

申込みは必要ありません。
簡単な体操ですのでお気軽にお越し下さい！

その2 健康の駅

開催日・・・
11月～3月の第2水曜日

時間・・・
午前10時～11時まで

開催場所・・・
福地地区交流センター

申込みは必要ありません。
お気軽にお越し下さい！
横手市健康推進課主催で行っています。

その3 健康づくりウォーク

12月1日～R6年3月29日
【土・日曜日・祝祭日除く】
・午前9時30分～11時30分
・午後1時30分～3時30分

上記期間・時間で福地地区交流センター体育館を開放します。
予約が入っているときは使用できない場合がありますのでお問合わせ下さい！

ホットタイム

今年は、暑い暑いと言っていたのにもう年末??という感じです。大掃除や、新年の準備などまだまだ慌ただしい毎日が続きますね～。

今年も交流センター事業にご協力いただきほんとうにありがとうございました。来たる年もまたよろしくお願ひいたします。皆様良いお年をお迎え下さい。

