

7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

【FAX】33-7517(停電時TEL)

参加者募集 けんこう講座「腸活」

～おなかの中から健康に～

“腸活”

について学んでみませんか？

ヤクルトさんから、おなかの中に存在する良い菌と悪い菌のバランスを整えて腸内環境を改善し、健康になるためのヒントを教えてください。

管理栄養士さんから、「腸活のための食生活」のタイトルでお話を伺います。生活習慣病の予防にもつながる貴重なお話です。ぜひご参加ください。

開催日:7月30日(火)

時間:10:00～12:00

会場:横手中央地区交流センター

内容:腸の中での善玉菌の働きや、腸に良い食物と食べ方についてお話を聞きます。

講師:横手ヤクルト販売株式会社
横手保健所 管理栄養士

参加費:無料

定員:15名

募集期間:7月9日(火)から7月19日(金)

受付は平日の9:00～16:00

申込み・問合せ:横手中央地区交流センター

☎32-3137



主催講座活動報告

わくわく健康塾

第1回 多肉植物の寄せ植え教室

5月16日(木)開催

今年度1回目は浅利政子氏にご指導いただきながら、多肉植物の寄せ植え教室を行いました。10cm程の鉢に緑だけでなく赤や黄色、花が咲いているものなど10種類の多肉植物を植えました。成長期に入るこれからの生育が楽しみです。



けんこう講座 オーラルケア

5月28日(火)開催

横手保健所の歯科衛生指導員の高橋友美氏より、オーラルケアについてお話いただきました。「口の健康」と「全身の健康」との関係性や、健康寿命を伸ばすために普段の生活で心がけた方が良いことなど、沢山の貴重なお話を聞くことができました。



センターご利用のみなさまへ

施設利用について

使用許可申請の手続きと使用料のお支払いは利用日(土日祝を除く)までお願いいたします。
使用料等をお支払いの際は、お釣りのないようにご準備くださいますようお願いいたします。



自転車について

昨年のセンター周辺環境工事により駐輪場が撤去されております。
自転車でお越しの際は、西側駐車場の建物寄りに停めていただきますようお願いいたします。



工事のお知らせ

6月17日(月)から10月23日(水)の期間に本町遺跡の本発掘調査を行い、その後道路改良工事の施工を行います。道路改良工事の際は、一部道路が通り抜けできなくなります。近くなりましたら横手中央地区交流センターだよりでお知らせいたします。調査、工事区間を通行される際は、気を付けてご移動くださるようお願いいたします。

【工 期】本発掘調査:令和6年10月23日まで
 本工事 :令和7年 3月21日まで
【作業時間帯】8:00~17:00
【施工業者】創和建设株式会社
【お問合せ先】秋田県平鹿地域振興局
 建設部企画・建設課
 電話 45-6168

第
2
回

よこての 全国線香花火大会

2024
7月20日(土)

時間 17:00~

会場 横手川 蛇の崎川原



色々なブースも出展します
お楽しみください

少雨決行

お手洗いや休憩などはお気軽に
横手中央地区交流センターをご利用ください

~横手地域課からのお知らせ~



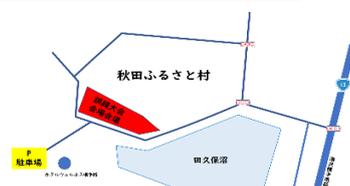
横手市消防団 横手支団の消防訓練大会が行われます。

日時: 令和6年7月7日(日) 午前8時~

場所: 秋田ふるさと村第4駐車場

地域消防団員の活躍を

ぜひご覧になってみませんか!



9月分の施設予約は7月1日(月)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~