

そばうち体験教室

～みんなで挑戦！そば打ち名人に教わる！～

日時 12月13日(日) 午前10時～
場所 和泉公民館 2階
内容 そば打ち体験・
 打ちたてのそばを食べよう
講師 九頭竜楽しみ隊
参加費 500円
持ち物 エプロン、三角巾、マスク
締切り 12月4日(金)



健康プラスデー

INより処

日時 12月9日(水)
 午前10時～午後1時30分
場所 より処
内容 体脂肪・筋肉量・体年齢を
 簡単に測定

PayPay (ペイペイ) 導入しました!

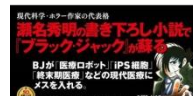


電子決済サービス PayPay (ペイペイ) を公民館に導入しました。施設使用料金やコピー料金を PayPay で支払うことができます。この機会にぜひ活用してください。

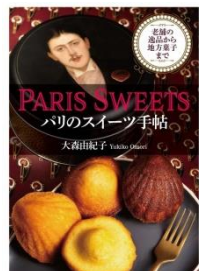
図書紹介



◆『小説 ブラックジャック』
 瀬名秀明 著
 手塚治虫 原作



◆『パリのスイーツ手帖』
 大森由紀子 著



◆『具材に注ぐだけ! お弁当カップスープ 106』
 植木もも子 著



手芸教室

Tシャツをリメイク 巾着バックづくり

Tシャツをバックに作り変えませんか?

日時 12月21日(月)
 午後1時～3時
場所 和泉公民館
内容 Tシャツを巾着トートバックにリメイクします
参加料 無料
持ち物 Tシャツ、裁縫道具
 ミシン糸、紐通し
 裏地布(60×70 cm程度)
 ミシン(※持ってこれる人)
締切り 12月11日(金)

締切り

フラワー アレンジメント

日時 1月14日(木)
 午後1時30分～
場所 和泉公民館
講師 山本 サチヨさん
参加料 2,000円程度
持ち物 はさみ
締切り 1月8日(金)

～老人クラブ～

福祉講演会 / フレイル予防講座

1月4日(水)に和泉地区社会福祉協議会と共催で和泉公民館にて、専福寺の住職 関 哲樹さんによる講演会を開催しました。午後はフレイル予防講座を行い、介護予防に大切な『フレイル』に早期に気づくため、各種測定を行い予防のポイントを学びました。

●**フレイルとは**：健康な状態と要介護状態の中間段階のことを示します。筋力低下や栄養状態、社会性の低下が大きく影響します。



運動プラスデー

11月11日(水)により処にて、和泉診療所と共催で講師に斎藤博子さんを迎え「美しい姿勢・歩き方について、冬に備えた筋力アップ体操」について学びました。今年に入って初めての運動プラスデーでした。

最初に体を軽くほぐし、その後は外に出て二人一組になって交互に向かい合い、足を踵から出して正しい姿勢を意識しながら美しく歩きました。



【健康長寿課からのお知らせ】～歯科診療体制について～

受診状況や今後の和泉地区の人口動態、現歯科医師の今年度末の定年退職、また、当診療所の歯科は「へき地診療所に自治医科大学卒業医師派遣事業」の該当にならないため歯科医師の派遣が困難であること、中部縦貫自動車道の供用開始による市街地までのアクセス等を考え合わせ、現在の診療体制について見直しを行った結果、令和3年度以降の歯科診療について、下記のとおり実施する予定です。

- 令和3年度から令和4年度まで
 (1) 診療日数 現在の週5日から週3日に変更(診療曜日は未定)し、歯科診療を継続
 ※診療曜日については、決まり次第、公民館報にてお知らせします。
 (2) 診療時間 これまでと同様(午前9時～午後5時 [正午～午後1時は休診])
- 令和5年度以降(中部縦貫自動車道 大野東IC(仮称)～和泉IC(仮称)間 供用開始以降)は、歯科診療を終了

問い合わせ先：健康長寿課 保健医務グループ (Tel.65-7333)