



かわらばん

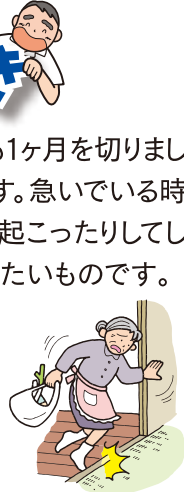


携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録をお願いします

たみお 民生君のつぶやき

日が暮れるのも早くなり、いよいよ今年も1ヶ月を切りました。なにかと^{きせわ}忙しい^{しわす}師走の月になります。急いでいる時におきる心の隙を^{すき}狙って、事故やケガが起こったりしてしまうことがあります。注意して毎日を送りたいものです。

民生委員児童委員は、3年に一度の改選が12月に行われます。新任委員も、引続き受ける委員も、新たな気持ちで3年間取り組みますので、橋北地区のみなさん、よろしくお願い致します。



防犯だより

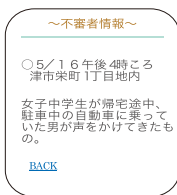
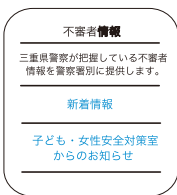
携帯電話向け不審者情報 警察からの携帯電話向けの 不審者情報提供のご案内です



子ども(中学生以下の男女)と女性(高校生以上の女性)に対する「声掛け」、「つきまとい」等の不審者情報を提供します。

◎メール配信をご希望の方は、下記アドレスにアクセスし、案内に従い登録手続きを行ってください。

<http://www.police.pref.mie.jp/i/news.htm>



◎メール配信の情報料は無料ですが、通信料は別途必要です。

◎県内全域、警察署別のエリアの選択が可能です。

お問合せ先

三重県警察本部 生活安全企画課 子ども・女性安全対策室
☎059-222-0110(内線3072・3074)

●民生委員児童委員・主任児童委員

氏名	担当区域
山本 哲也	陶栄町
古田 隆子	滝川町 1~4・8~12・15・17~20
伊藤 裕一	滝川町 5~7・13・14・16
服部 富子	浜一色町 1~6・17・18
諸岡 逸子	浜一色町 7~16
※亀井 由美子	京町 1~4・14~17
森 洋子	京町 5~13・18~25
※中島 真寿美	川原町 1・2・16~22・24・25・32~34
山中 光子	川原町 3~15・23・26~31
野津 竹次	東新町 1~3・14・21~23
高井 俊夫	東新町 4~13・26・27
安田 三十美	東新町 15~20・24・25
※木下 美佐子	新浜町 1~10
林 市子	新浜町 11~20
中平 小夜子	午起
山本 郁男	高浜町・高浜新町
塚脇 大仁	主任児童委員
越野 雅代	主任児童委員

※印は新任委員3名です。よろしくお願い致します。

民生委員児童委員

任期満了退任します

民生委員活動にご理解いただき、ありがとうございました。任期を終え、新任の方と交代することになりました。これからも橋北地区 民生委員児童委員をよろしくお願い致します。

退任の一言ご挨拶

●川原町：前嶋比左子

先輩民生委員さんに助けられ、12年間活動する事ができました。私にとって、とてもいい勉強になり、ありがとうございました。

●京町：石崎嘉代子

一期3年間と短い期間でしたが、地域社会に関わらせて頂き、良い経験を授かりました。今後も隣人愛を忘れず生活したいと思います。

●新浜町：笠井志津子

民生委員を終えて、振り返ってみると、高齢者の方が抱える生活、健康などの不安を少しでも和らげられる様、誠意をもって少しでも話し相手をして、お役に立てたらなと思いました。



こんにちは橋北楽々館在宅介護支援センターです。

今年も1年ありがとうございました

年末年始が近くなってきました。師走の言葉の通り忙しい時期の到来です。

また、今年は例年より寒い冬となるようです。風邪などの病気に注意して下さい。うがい・手洗い以外にできる予防法は「室内の湿度を適度に保つ」ことです。加湿器があれば良いですが、無ければ、濡れタオルをハンガーにかけておくのも効果的です。ストーブにやかんを置き、蒸気を出すのも良いですが、火の用心に十分ご注意ください。

橋北楽々館 在宅介護支援センターが開設して2度目の年末となりますが、地域の皆様のお役に立てていますでしょうか？ 来年はより一層頑張ります。皆さん、良いお年を迎えてください。



12月の三滝川市場相談日 12月25日(水) 9:00~11:00 (雨天中止)

Winter Concert

山手中学校&桑名西高等学校 吹奏楽部

クリスマスのイブ・イブ12/23、近隣の中学生・高校生の素敵な生演奏を楽しんでみませんか？

日時 12月23日(月・祝日) 11:00~15:30
場所 ばんこの里会館3階ホール 入場無料

- 11:00 オープン
- 11:30 桑名西高校ステージ
- 12:00 山手中学校ステージ
- 13:00 桑名西高校アンサンブル&ソロステージ
- 13:30 合同ステージ・日本の歌
- 14:00 山手中学校ステージ
- 14:40 合同ステージ
- 15:30 終了



3階ホール前にて「軽食」「デザート」など販売します。ご利用ください。

問合せ先 **ばんこの里会館2階**
日替りシェフの店にじいる堂
☎ 358-0371

ハピサポフェスタ

11/10(日)第3回ハピサポフェスタが橋北楽々館 在宅介護支援センターで開催されました。屋内でのど自慢大会や、毎回おなじみの爆笑!ハピサポ劇場、屋外でお好み焼きや、ギョーザなどおいしい模擬店や、電動車椅子の体験試乗などがありました。当日は天候が不安定でしたが、100名以上の方々に集まっていただき、楽しい一時を過ごす事ができました。みなさん、ありがとうございました。次回をお楽しみに~♪♪

いきいき菜園ライフ

鍋には欠かせない白菜のお話

冬の食卓と言えば鍋料理ですね。鍋に欠かせない野菜と言えば白菜ですが、この白菜が冬にはとっ

てもいいんですよ。白菜の効能には胃腸の働きを整えて、免疫力を高める働きがあり、のどを潤して痰や咳を抑える働きもあります。胃腸の働きが落ちてきている寒い冬には、とてもありがたい野菜です。空気の乾燥する冬には風邪やインフルエンザが流行りますが、免疫力を高めていれば風邪にもかかりにくく、元気な体を保てます。冬には白菜を好んで食べて、元気な体で寒い冬を暖かく乗り切りましょう。



あっとほーむ オープン カフェ



第14回あっとほーむカフェをオープンします。

橋北地区にお住まいで、概ね70才以上の方が対象です。いつものように、コーヒーを飲んで、楽しくおしゃべりして一時を過ごしませんか？

今回は近隣の中学生・高校生の素敵な生演奏も楽しめます。

参加は予約が必要です。(締切:12月16日)
申込は各町の民生委員に!

日付 25年12月23日(月・祝日)
時間 午前10:00~11:30
場所 ばんこの里会館 1階
料金 100円(当日お持ち下さい)

