

「もしもの時」に備え 緊急情報の伝達訓練を実施

「Jアラート」を利用した国からの緊急情報を確実に伝えるため、防災行政無線放送による情報伝達訓練を行います。

▼11月1日(水)10時ごろ
緊急地震速報訓練

▼11月14日(火)11時

Jアラート全国一斉情報伝達訓練

※訓練は気象状況などにより中止の可能性があります。

「Jアラート」とは

「Jアラート(全国瞬時警報システム)」とは、緊急地震速報、津波情報、弾道ミサイル情報など「対処に時間的余裕のない事態」に関する国からの緊急情報を、人工衛星を用いて送信し、市区町村の同報系防災行政無線を自動起動することで瞬時に伝達するシステムです。

定期的な訓練を実施

11月1日と14日の訓練の他、Jアラートによる情報伝達が正常に行われることを確認するため、定期的な訓練を実施します。
日時：毎月第4水曜日から第5火曜日までのいずれかの日で、時間は14時ごろ

戸別受信機の点検を忘れずに

防災行政無線の戸別受信機には、



停電時でも使用できるように乾電池が入っています。

乾電池は定期的に確認し、1年以上経過して古くなった乾電池は交換するようにしましょう。

乾電池の交換方法

電池交換のサイン(①電源ランプが赤と緑の交互点灯②放送終了後のアラーム音が出たら、新しい乾電池と交換してから電源スイッチを入れ直してください。

戸別受信機の貸し出し

本市の住民基本台帳登録世帯に、戸別受信機を貸し出しています(1世帯につき1台)。
貸し出しは無償です。希望者は左記まで連絡してください。

問 総務課消防防災班

☎73・0084

八日市場ドーム・のさかアリーナ

身近な施設でトレーニングしませんか

八日市場ドーム、のさかアリーナには、ジョギングコースやトレーニングコーナーなどを設置しています。雨の日や肌寒い日のジョギング、筋力トレーニングなどに、お気軽にご利用ください。

問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎73-0097



八日市場ドーム

ジョギングコース…2階部分・1周約200m
フィットネスコーナー…エアロバイク、ベンチ、軽ダンベル

場所 八日市場ハ793番地1 開館時間 9時～22時
休館日 毎週月曜日、祝日の翌日、12月28日～1月4日
使用料 無料 電話番号 73-0021

のさかアリーナ

ジョギングコース…2階部分・1周約160m
トレーニングルーム…各種筋力トレーニング機器

場所 今泉6536番地1 開館時間 9時～22時
休館日 毎週月曜日、12月28日～1月4日
使用料 ジョギングコースは無料。トレーニングルームは市民100円(9時～17時。17時以降200円)。会員登録制度あり(2,050円/6か月) 電話番号 67-1263

※休館日以外に行事などで利用できない場合があります。詳細については各施設にご確認ください。



一言 聞いてみました



のさかアリーナ
トレーニングルーム会員
宮崎 和久さん

のさかアリーナのトレーニングルームをよく利用しています。時間があるときは週3回、1時間半～2時間を目安に運動をしています。

ロードバイクが趣味で、「体力を付けようかな」と思ったのがきっかけで始めました。必要な器具がそろっていて、仕事帰りに寄れるところがいいですね。

くらしの情報

◆健康アップ教室の開催日程と内容

《血糖編》

日程	時間	内容
11月16日(木)	9時30分～11時30分 ☎9時15分～	講話「糖尿病とは？」、 運動実技
12月7日(木)	9時30分～12時 ☎9時15分～	糖尿病予防の食事の 講義と塩分チェック
1月10日(水)	13時30分～15時30分 ☎13時～	運動実技
2月22日(木)	9時30分～12時30分 ☎9時15分～	調理実習

《血圧編》

日程	時間	内容
11月30日(木)	9時30分～11時30分 ☎9時15分～	講話「高血圧とは？」、 運動実技
12月13日(水)	9時30分～12時 ☎9時15分～	高血圧予防の食事の 講義と塩分チェック
1月10日(水)	13時30分～15時30分 ☎13時～	運動実技
2月28日(水)	9時30分～12時30分 ☎9時15分～	調理実習

※開催場所は両教室とも八日市場公民館(12月開催分は保健センター)です。☎は受付時間です。

◆健康アップ教室「血糖編」
「血糖値が高め」の人が対象です(治療中の人を除く)。糖尿病の知識や予防に効果的な食事の話をします。

◆健康アップ教室「血圧編」
「血圧が高め」の人が対象です(治療中の人を除く)。健康のバロメーター「血圧」についての話や予防に効果的な食事の話をします。

教室の概要

この教室は、ともに市内在住で30～69歳の人が対象です。日程などは左表の通りです(全4回開催。1回のみ参加も可)。

◆健康アップ教室「血糖編」
「血糖値が高め」の人が対象です(治療中の人を除く)。健康のバロメーター「血糖」についての話や予防に効果的な食事の話をします。

◆定員・申し込みなど(両教室共通)

定員：各回30人(申し込み順)

参加費：無料 申し込み：11月10日(金)までに左記まで

☎73・1200

申問健康管理課

糖尿病、高血圧の予防教室を開催

あなたの生活習慣を見直しましょう

市では、生活習慣病の予防と健康増進の推進を図るため「健康アップ教室」と題し、「糖尿病」と「高血圧」の2種類の予防教室を開催します。

市民協働 提案型事業を新規採択

新たに市民提案型事業の採択を受けた団体名と事業の概要を紹介します。

《団体名》 匠瑳市民協働まちづくりの会

《事業概要》 匠瑳市の抱えるさまざまな課題を「協働」を活用して解決できるよう、講演会などを開催し、まちづくりへの呼び掛けや、広報活動を実施。また、「市民活動サポートセンター」に協力して、センターの充実に貢献します。(新団体設立支援)

魅力的な地域を目指して、協働のまちづくりセミナー

地域社会の育成に取り組む会社「市民社会パートナーズ」代表の庄嶋孝広さんを講師に招き、「地域コミュニティの大问题！地域活動を魅力的にするヒント」をテーマに講演を行います。

日時：12月2日(土) 13時30分～16時
場所：野栄総合支所
定員：80人(申し込み順)
申し込み：事前に左記まで ※参加無料

申問環境生活課市民協働班

☎73・0088



クリスマスカップリング大作戦2017

クリスマス前に素敵な恋人を見つけませんか

大好評の旭市との合同婚活パーティを今年度も実施します。

毎年このイベントで素敵なカップルも誕生しています。

イベントで出会いを見つけ、素敵なクリスマスを過ごしてみませんか。

日時…12月10日(日) 13時～16時

場所…旭市内(詳細は後日参加者にお知らせします)

対象…20歳以上の独身者(男性は匠瑳市在住者に限る)

定員…男女各10人(匠瑳市募集分)

※イベント全体では、旭市での参加者と合わせて男女各20人です。

参加費…男性3,000円、女性1,500円

《申し込み》

11月22日(水)までに、電話またはメールで①郵便番号

②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤生年月日(年齢)⑥電話

番号⑦メールアドレスを下記までご連絡ください(メールの場合はタイトルに「クリスマス申込」と記載)。

【注意事項】

○申し込み多数の場合は抽選です。申込期限後に定員に満たない場合は随時受け付けをします。○抽選結果や詳細は開催日の約10日前までに郵送します。○指定日以降のキャンセルは参加費分の負担をいただきます。○男女同数にならない場合があります。また、申し込み人数や男女比により中止になる場合があります。

申問企画課まちづくり戦略室☎73-0081、

✉k-senryaku@city.sosa.lg.jp

Facebookで **婚活inそうさ**

「婚活inそうさ」のフェイスブックページを開設しました。市の婚活支援に関する情報を随時配信します。ページを見た人は、ぜひ「いいね」や「シェア」をお願いします。