



平成28年11月号
 平成28年11月15日発行
神石公民館
 〒729-3511
 神石高原町高光2117-10
 電話 87-0181

放課後子ども教室

とらいやる21



放課後子ども教室「とらいやる21」「お花しましょう教室」では、季節の花の特長を生かした生け花を学んでいます。

10月15日（土）児童は低学年・中学年・高学年で、それぞれが希望の花器を選び、先生は学年ごとに課題に合う花材を配布され指導されました。

児童は一生懸命に取り組む、感性豊かな作品が完成しました。

「チャレンジ！イングリッシュ」教室では、10月29日（土）「ハロウィーン」を開催、めいめいがコスチュームをつけ、ゲームをしたり、絵本のお話を聞いたり、カードを見てゼスチャーを交えて、英語で会話し楽しい時間を過ごしました。

「手工芸教室」では、11月5日（土）「サンタさんのくつした」作りをしました。先生の説明を聞いて作業に取りかかり、難しい箇所は先生に指導していただき、素敵な「サンタさんのくつした」を完成させました。

児童の嬉しそうな笑顔が輝いていて、楽しい時間となりました。



振興会だより

福永地区敬老会 開催



福永自治振興会主催「老人福祉大会」が、10月16日（日）に開催されました。

当日は、喜寿・米寿・白寿を迎えられた人、75歳以上の高齢者が招待され、町、自治振興会から表彰され記念品が贈られました。

式典終了後、アトラクションが催され、会場は笑いと和やかな雰囲気になりました。福永地区敬老会は、秋の穏やかな日の中無事に終了しました。



公民館講座のご案内

☆思い出の歌・懐かしい歌を歌う会（第8回）

期 日 12月7日（水）

時 間 13時00分～14時00分



第22回帝釈峡スコラ高原

クロスカントリー大会 開催



帝釈峡スコラ高原では、10月23日(日)恒例の「帝釈峡の秋を走ろう!第22回クロスカントリー大会」が開催されました。

当日は、曇り空の天候でしたが、過去最高になる参加者を迎えて、5km・8km・ファミリーコースに312名の愛好者が健脚を競いあい、紅葉を楽しみながら走り、終了後神石牛の味に堪能しました。

大会は年々盛大に開催され、愛好者は県下各地域をはじめとして近隣県からも参加されます。



出前健康教室

高血圧予防「血行をよくするための運動」開催

保健課と連携して第2回出前健康教室を10月12日(水)開催しました。

当日は、高血圧予防として、血行をよくするための運動に取り組みました。最初に高血圧の予備知識を学び、体操の目的と方法を教えていただき、血圧を下げる運動の方法・具体的に有酸素運動、筋力トレーニング法・ストレッチ等を学びました。

最後に各種のストレッチ体操・あべこべ体操・じゃんけん体操・たてよこ体操等を参加者全員でおこない、楽しい雰囲気の中で終了しました。

日常生活の中に取り入れられ、健康維持に活用されますようお願いしています



元気づくり「生き活き講演会」開催

日時：11月26日(土) 13時30分~15時00分

場所：総合交流センターじんせきの里 入場無料です。

講演：「あなたの人生の最後はどこでどんなふうになる? ~在宅診療日記から~」

講師：まるやまホームクリニック 丸山典良 先生(福山市) 主催：神石地区高齢者介護研究会

イベントのお知らせ

★けんみん文化祭 '16和太鼓フェスティバル

日時 11月27日(日) 開演10時15分(開場9時45分)

場所 さんわ総合センターやまなみ文化ホール 入場無料です。

主催 けんみん文化祭ひろしま実行委員会



こんにちは! 消費相談窓口です !!

◎クーリング・オフのチェックポイント

訪問販売についてのクーリング・オフのチェックポイントを整理してみます。

契約した場所は、店舗や営業所以外で、例えば招いてもいないのに業者が自宅にやって来て契約した場合はできません。健康食品、化粧品などの場合は未使用品に限りできます。総額三千円未満の現金取引はクーリング・オフできません。

契約書面を受け取った日を含めて8日以内なら、修理、工事等の終了後もクーリング・オフが可能です。クーリング・オフは必ず「簡易書留扱い」など書面で行い、ハガキの両面コピーを取り、関係書類は5年間保管しましょう。

支払ったお金は全額返金してもらい、受け取った商品があれば、販売会社に引きとってもらいます。

ご自身で行うことに不安があれば、消費生活相談窓口にご相談ください。

クーリング・オフ

