いきいきライフ in すねおり

歌って楽しく健康づくり

健康・福祉委員会

健康体操

うたって健康作り

◍令和6年2月23日(金)　10：00～12：00

会場：北市民センター

歌ったり体を動かしたりと、内容盛りだくさんで参加者の皆様にも楽しんでいただけました。

クラシックコンサートで始まり心穏やかに曲を聴くことができました。

（ピアノ）清水昌代様、

（歌）有隅昇様、三島遥奈様。

1. 冬の調べコンサート（クラシック）
2. 健康体操
3. 歌って健康作り

クラシックコンサート

健康体操は、鶴フィットの皆様に、歌って健康づくりは、音楽療法士の家村順子様にご協力いただきました。

自分と大切な人の命を守るための防災講座

防犯・防災委員会

◍令和6年3月9日(土)　10：00～12：00

防災士の田中緑様を講師としてお招きし、防災の知識を学ぶ講座を開催いたしました。

台風が近づいたときに注意するべき事、災害時、避難所での人権問題、自宅避難をした場合のお役立ちグッズなどについて実際の事例をあげたお話を聞きました。とても分かりやすく、勉強になりました。

鶴ヶ島市も、防災ハザードマップを作成しています。検索ワード「鶴ヶ島防災ハザードマップ」と入力すると情報を見ることができます。

ご家庭で保管されている方は、読みかえして、自分の家の防災について、家族と話し合い確認しましょう。

■お問い合わせ
すねおり地域支え合い協議会事務局
鶴ヶ島市大字三ツ木16-1　鶴ヶ島市役所現業棟2階
TEL 049-298-5689　E-mail suneori@tbz.t-com.ne.jp

市役所駐車場から見えるロゴマークが事務局の目印です