

身体リセット教室開催のお知らせ

～健康づくりはあなたが主役！！～

いきいきとすこやかな生活を送るために、ご自身の身体に耳を傾け、生活習慣を振り返ってみませんか？

健康は人生における最高の「宝」です。この機会にあなたに合った健康習慣を身につけ、毎日の健康づくりに活用してください。

下記の3回シリーズで行ないます。是非ご参加下さい。

日 程	内 容
9月 3日 (木)	「健診結果でわかる生活習慣病のきざし」：医師の話
10月 5日 (月)	「身体想いの食事のコツ」：栄養士の話
11月 9日 (月)	「身につけよう運動習慣」：運動の話と実技

- 会 場 日吉保健センター (はーとぴあ)
- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 対 象 概ね40歳から64歳の方で、健康づくりに興味関心のある方
- 申込み締切 8月20日 (木)

◇ 申込み・問合せ先 南丹市役所健康課 TEL 68-0016

南丹市日吉図書室 雑誌のリサイクルについて

南丹市日吉図書室で、保管期限を過ぎたため除籍した雑誌を、下記の期間中に限り、希望される方に、無料でお渡しする、「雑誌リサイクル」を行います。

ぜひ、お立ち寄りの上、ご利用いただきますよう、ご案内します。
なお、持ち帰り雑誌冊数は、1人5冊までとさせていただきます。

- 期 間 8月27日 (木) ～30日 (日)
- 時 間 図書室開室時間中 (平日9:00～18:00 土日9:00～17:00)
- 場 所 南丹市日吉図書室
- 対象雑誌 平成17年度中の購入雑誌 ほか

◇問合せ先 南丹市日吉町生涯学習センター内 南丹市日吉図書室
TEL 68-0036

日吉町文化交流協会陶芸教室参加者募集！

日吉町文化交流協会では、日吉町在住の長元先生のご指導による陶芸教室を開催します。世界に一つしかない花瓶、すてきなお皿、マグカップ等を作ってみませんか？

お友達を誘ってご参加ください。

- 日 時 9月 6日 (日) 午前9時30分～12時
9月13日 (日) 午前9時30分～12時
- 場 所 南丹市日吉町生涯学習センター「遊 you ひよし」美術・工作室
- 参加費 無料
- 材料費 1,500円程度
- 定 員 20人
- 持ち物 手拭、タオル
- 申込み締切 8月31日 (月) までに下記へお申し込みください。

◇問合せ先・申込先 日吉町文化交流協会 広瀬静代 TEL 74-1082
南丹市日吉町生涯学習センター「遊 you ひよし」
TEL 72-3300 FAX 72-3311

精神障がい者を抱える家族の会「よつば会」

心の病は、周りから見えにくく、本人や家族が悩んでおられることが多いのでは・・・悩んでおられるのは、あなただけではありません。

日吉町では原則毎月第3木曜日に一緒に悩みを語り元気になれるよう、精神障がい者を抱える家族の会を開催しています。

8月の「よつば会」は「楽しくなろう会」と合同で開催しますので、下記のとおり日程を変更します。

- 日 時 8月24日 (月) 午後1時30分～3時頃
- 場 所 日吉保健センター (はーとぴあ)
- 内 容 納涼祭 ～冷たいお菓子を作ろう～

◇問合せ先 日吉支所健康福祉課 TEL 68-0032

夕涼み会の開催について

児童交流活動事業の一環として“子どもの遊び文化を通して児童の交流を深める”ことを目的とした夕涼み会を開催します。

友達や家族を誘って、たくさんのご参加をお待ちしています。

- 日 時 8月22日 (土)
- 場 所 日吉興風交流センター前広場
- 内 容 出店 (金魚すくい・射的・あてもの・ウォーターコイン・ビンゴゲーム・ペンシルパルーン・フランクフルト・焼きとうもろこし・焼きそば 他)
- 主 催 日吉興風交流センター
- 共 催 夏祭り実行委員会

◇問合せ 日吉興風交流センター TEL 73-0147

