

豊浜市民センターだより

あいランド アビ

2025 7月

豊浜地区の世帯と人口 【5月末現在（ ）は前回比】

・世帯数：721世帯	・人口：1,018人
男：474人（－1）	女：544人（－4）



雨が多い時期のこころの健康のために、一人ひとりができることを紹介します。

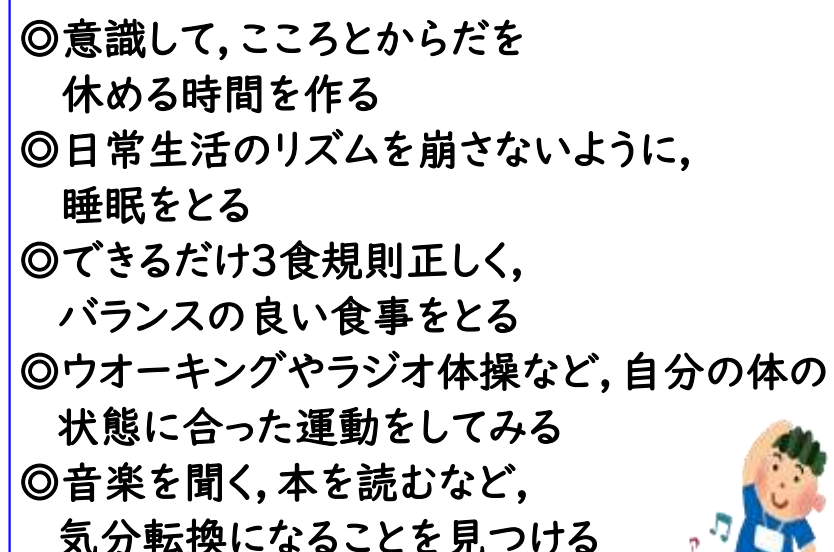
- ・雨が降る
- ・気象情報で大雨警報が出る
- ・テレビで全国の大雨の映像や過去の災害の番組が目に入る
- ・エリアメールが鳴る

などの出来事によって

- ・気分が落ち込む
- ・不安な気持ちになる
- ・ドキドキする
- ・食欲がわからない
- ・眠りにくくなる

などの心身の不調が起こりやすくなります
このような状況になることは、
誰にでも起こりうることです

- ◎必要な情報(天気予報)だけにとどめる
- ◎深呼吸などリラックスできることをやってみる
- ◎気分転換できることや楽しめること自分の好きなことをやってみる
- ◎誰かに気持ちを話してみる



【問合せ】安芸灘保健出張所

 70-7181



この度、豊浜地区老人クラブ連合会は解散することとなりました。これまで活動をしてこられましたのも皆様のご支援・ご協力の賜物と心より感謝しております。
誠にありがとうございました。

地域包括支援センターはお年寄りの身近な相談窓口です。

「最近足腰が弱ってきた…」 「もの忘れが気になってきた…」

「介護保険ってどうやって使うの?」などお困りのことがあればお気軽にお電話ください!



住所 蒲刈町田戸2308-1

16日(水), 30日(水)

○豊浜市民センター-

10:30~11:35

13:30~15:30

○豊浜中学校

12:50~13:15

「迷宮『路地』を歩く」が連載され、「海辺の町の路地と暮らしの風景が観光資源に」のタイトルで小野浦の特集記事が連載されました。



社会保障制度は「社会保険」「社会福祉」「公的扶助」「保健医療・公衆衛生」からなり、人々の生活を生涯にわたって支えるものです。今回は制度の1つとして生活保護制度についてお知らせします。

●生活保護は、毎日の生活の中で病気や事故で働けなくなったり、離別や死別で収入がなくなったなど、何らかの原因によって生活に困っている人に対し、憲法25条の定める「健康で文化的な最低限度の生活」を保証するとともに、自分の力で、または他の方法で生活できるようになるまで援助する制度です。

生活保護を必要とする可能性はどなたにもあるものです。

生活保護に対する偏見や考え方を見直しましょう。

二十四節気では小暑から大暑の七月。夏を乗り越えるための「暑気払い」には冷麦、そうめん、
すいか・きゅうり・とうがん・にがうり・かぼちゃ
瓜(西瓜・胡瓜・冬瓜・苦瓜・南瓜)、梅干しなどが昔から食べられてきました。年々、暑さが
厳しくなっています。体調にご留意され、健やかにお過ごしくださいませ。(赤嶺)