

まちづくりを応援する情報紙

音戸の瀬戸 きらきら通信



第 86 号

2016年11月10日発行

発行：音戸町まちづくり協議会
(事務局TEL:52-1111)



音戸の瀬戸ふれあい広場

～土曜の朝市～

地元産新鮮な野菜や魚介類の販売、飲食コーナーのほか、お楽しみ抽選会も開催！
今回は波多見小学校から蒲原兄弟による音戸の舟唄を披露していただきます。

●日時 **12月3日(土)** 10:00～
(売り切れ次第終了)

●場所 音戸の瀬戸ふれあい広場 (旧音戸支所跡地)
※エコバックをご持参ください。

年末市

●日時 **12月24日(土)** 10:00～

●場所 音戸の瀬戸ふれあい広場
(旧音戸支所跡地)

※ 音戸中学校吹奏楽部によるクリスマスコンサートを行います。

多くの方のご来場をお待ちしております。

※ 12月の野菜市は開催しません。

介護予防のための 高齢者マシントレーニング教室

参加者募集！

マシン等を使用して筋力アップをめざす教室です。

対象：介護保険の認定を受けていない65歳以上

定員：25人

日時：1月6日～3月24日の金曜日 13時30分～15時30分 (全12回)

場所：総合ケアセンターさざなみ

申込：12月2日金までに介護保険課または音戸保健出張所(音戸市民センター1階 ☎50-0615)、総合ケアセンターさざなみ、音戸・倉橋地域包括支援センター(☎56-0665)の窓口へ。

※申込書の記入が必要です。(電話での申込はできません)

※申し込み多数の場合は選考。音戸・倉橋地域包括支援センターの他、市内の各地域包括支援センターでも申込可。

【問い合わせ】介護保険課 ☎25-3104



早瀬のたまり場 来てみんない祭

秋

日時：**11月20日(日)** 9:00～12:00頃

場所：旧早瀬保育所

駐車場：保育所横広場・旧早瀬小学校
(出入りは旧道から)

内容：食品バザー・手作り小物の販売・カラオケなど

音戸町文化講演会

日時：**11月23日(祝)**

13時30分

～15時30分

(開場 12時30分)

場所：音戸まちづくりセンター

講演者：宮川泰雄、来世楽

料金：500円 (小学生以上)

音戸まちづくりセンターにて発売中！



「であい ふれあい ひびきあい～「のど自慢」
12年の旅から～」と題しての講演と「津軽三味線、民謡」のライブをぜひお楽しみ下さい。

【問い合わせ】音戸まちづくりセンター ☎51-3322

子育て支援センター

キラキラスマイル

未就園児とその保護者さんへ

12月のイベント

途中参加OK!

12月6日(火) もちつき

(保育所の餅つきに参加。試食もあるよ！)

12月13日(火) おしゃべりデー(発育測定をします。)

12月15日(木) 人形劇鑑賞

12月20日(火) プチ誕生会

(10・11・12月生の子ども達をお祝いします。)

【問い合わせ】呉市波多見保育所 ☎52-2610

人権行政相談

とき **12月13日(火)** 10時～15時

ところ 音戸まちづくりセンター 3階 (旧音戸公民館)

相談員 人権擁護委員・行政相談委員

心配ごと相談

とき **12月14日(水)** 13時～15時

ところ 呉市社会福祉協議会音戸支所

(音戸町高須3丁目7-15 総合ケアセンターさざなみ内)

相談員 民生児童委員

あたたかい善意

次の方からご寄付をいただきました。

- 音戸地区社会福祉協議会へ
山本 成江さん(坪井)
厚く感謝申し上げます。

短期講座受講生募集、終了講座レポート

及び松竹梅寄せ植え講習会の案内

★親子でクリスマスケーキ講座★

- 日 時：12月23日（祝）10時～12時
- 対 象：小学生とその保護者
- 定 員：12組
- 参加費：受講料 400円・材料費 1,200円
- 用意する物：エプロン・筆記用具
- 申し込み：11月21日（月）～



今年はお家形
ケーキを作ります。

★クリスマスケーキを作ろう講座★

- 日 時：12月24日（土）10時～12時
- 対 象：18歳以上
- 定 員：15名
- 参加費：受講料 400円
材料費 1,200円
- 用意する物：エプロン・筆記用具
- 申し込み：11月21日（月）～



★始めよう！楽しい英会話講座（全6回）★

- 日 時：1月～3月（第2・4水）18時～20時
- 対 象：18歳以上
- 定 員：20名
- 参加費：受講料 2,400円
- 用意する物：筆記用具
- 申し込み：11月21日（月）～



◎ 受付時間：毎日（ただし12月29日～1月3日を除く）

8時30分～17時15分

申込時に参加費を納めていただくようになります。

※電話での申し込みはできません。

◎ 問い合わせ：音戸まちづくりセンター ☎51-3322

◎ 次回の短期講座の予定：
スタンドグラス（1月25日）



♪インターネット基本講座（中本 一郎先生）

インターネット上でチケットやホテルの予約方法、買い物サイトでの注文、グーグルマップの見方、ネットゲームなどをウイルス対策と併せて学びました。説明をしながらテーブルを回り、ひとりひとり操作画面が正しいか確認しながら指導を行うことで、家に帰っても自分でできるようにしているそうです。



音戸まちづくりセンターにて受付

音戸町文化団体連合会よりお知らせ

★松竹梅寄せ植え講習会を行います！★

- 日 時：12月23日（金・祝） 9時～12時
- 場 所：音戸まちづくりセンター 工作室
- 定 員：20名
- 参 加 費：無料（別途材料費）

材料のある方は持ってきて下さい。
材料のない方は実費で用意します。

講習内容：寄せ植えの植え方・石の配置
化粧砂・アクセサリーの配置
正月中及び来年の為の管理の仕方

用意する物：剪定ばさみ・軍手・鉢
申し込み：受付中（12月10日まで）

音戸まちづくりセンター



♪ママと一緒にパン作り講座（土井 睦美先生）

ボランティアで講座のサポートをして下さる手作りパン教室の皆さんには、パン作りの補助だけでなく、ケガをしないよう見守ってもらったり、時には赤ちゃんを抱っこしてあやしてもらったり・・・講座終了時のアンケートでも感謝の言葉がいっぱい！このような講座を企画できるのも皆さんの協力があってこそ。本当にありがとうございます。



♪基礎から学ぶスイーツ講座（上田 弥生先生）

2種類のマーブルケーキ
（薄力粉×ココア、米粉×抹茶）とパンプキンムース
を作りました。



お仏壇・お仏具のご用命は

伝統・信用・実績の
良心と真心を売る仏壇センター

ゴクラク堂

お仏壇の修理・修復承ります

中通店 呉市中通り2-5-1 広 店 呉市広本町3-1-35
☎(0823)21-5009 ☎(0823)73-7133

音戸健康づくり推進協議会と共同主催で
『うずしおいきいき健康測定』
開催します！

日 時：11月16日（水）10:00～
場 所：おんど観光文化会館 3F しおさいホール
うずしおで骨密度などなど
測定してみませんか？
是非、お気軽にご参加下さい

うたごえ喫茶
クリスマススペシャル
日 時：12月8日（木）11:00～
場 所：おんど観光文化会館 3F しおさいホール
クリスマス8年未バージョンでプレゼント抽選会もあり♪
2016年の締めくくりをみんなで元気に歌って笑って
過ごしましょう！初めての方もお気軽にご参加下さい。
※席に限りがございますので150名様限定とさせていただきます。

★ 11月21日（月）17:00～ ★ 音戸うずしお会館イルミネーション点灯！ ★

★★★★★ これから寒い季節を迎えますが、うずしおイルミネーションで心ぽかぽか！★★★★★

おんど観光文化会館 うずしお

〒737-1203 広島県呉市音戸町鰯浜1丁目2-3

TEL (0823) 50-0321 番（代表） FAX (0823) 51-0357 番



音戸保健出張所だより

「いつまでも 自分の歯で おいしく食べよう」
～いいはの日（11月8日）～



高齢になっても、豊かに楽しく過ごすために、「80歳で20本の歯を保とう」という
“8020（ハチ・マル・ニイ・マル）運動”が勧められています。

仮に8020を達成できなかった方も、義歯（入れ歯）などを使って、きちんと
噛むことができれば、全身の栄養状態が良くなり、
20本の歯がある場合と同程度の効果が得られます。

よく噛むことで脳が活性化され、認知症の危険性が減るという結果も出ています。

● 歯みがき

口の中の状態を良好に保つため、食べた後や寝る前には歯をみがきましょう。

汚れの残りやすい場所（歯と歯の間や歯と歯ぐきの境目など）は歯間ブラシなどを使って
汚れを落としましょう。

● かかりつけ歯科医を持とう

気軽に相談に乗ってくれて、指導してくれる「かかりつけ歯科医」を持ちましょう。

定期的に歯の健診を受ければ、むし歯や歯周病を早期発見でき、早期治療につながります。

ちよつと早めの
お知らせです！

健康教室「からだづくり・元気づくり教室」のお知らせ

減塩と運動、一緒に始めてみませんか？

日 時：平成29年1月31日（火）9：30～15：00 場 所：総合ケアセンターさざなみ

内 容：午前〔食事編〕調理実習と講話 午 前〔運動編〕実技と講話

持参物：エプロン・三角巾・ふきん・米0.5合・材料費（500円程度）

運動できる服装・飲み物（お茶など）

申し込み締切日：平成29年1月24日（火） 保健出張所まで電話・来所でどうぞ！



育児 相談室

●日時：12月7日（水）10時～12時 ●場所：総合ケアセンターさざなみ

お子さんの成長に関する育児・栄養相談はもちろん、妊娠中・育児中のお母さん自身の
相談もうかがいます。

身体計測も行っています。お気軽にお立ち寄りください。

※母子健康手帳を持ってお越しください。

絵本会さんと
栄養士がきます！

（お願い）乳幼児健診など、業務の関係でやむを得ず出張所職員が不在になることがあります。
来所される際は、事前にご連絡いただくと助かります。

【お問い合わせ】音戸保健出張所（音戸市民センター内）☎50-0615



KIYOMORI

きらきらひかる
せとのまち 音戸

瀬戸内の平安絵巻・美しい里山と海づくり

地球温暖化対策地域協議会「脱温暖化ネットおんど」

湯たんぽで 暖房の
設定温度は 20℃以下

〒737-1205 広島県呉市音戸町南隠渡1丁目7-1
TEL 0823 (52) 1111 / FAX 0823 (51) 3123
E-mail : onsis@city.kure.lg.jp



音戸図書館からのお知らせ

もちもちのポットのえほんかい

日時 11月16日（水）10：30～11：00

場所 音戸まちづくりセンター 3階 音楽室



楽しいお話いっぱい
のえほん会です♪
聞きにきてね♪

「友だちにおすすめの本」コーナー

明徳中学校の生徒さんが、これまでに読んだ本の中から、おす
すめの本を紹介してくれます。本とポップを展示しています。

「あなたと本の出会い」コーナー

今月は「人権問題」をテーマに本の展示・貸出をしています。
どうぞご利用ください。

自動車図書館



○波多見保育所 11月16日（水）、11月30日（水）10：00～10：15

○明徳保育所 11月16日（水）、11月30日（水）10：35～10：50

○音戸保育所 11月18日（金）、12月2日（金）14：30～14：45

●問い合わせ：呉市音戸図書館 ☎50-0020

ひとりで悩まないで ～警察による犯罪被害者支援～



毎年11月25日から12月1日までの1週間は「犯罪被害者週間」です。

犯罪被害にあつて困ったときは、お早めに電話相談窓口または、各警察署の警察安全相談係にご相談ください。

〈広島県警察の被害者相談窓口〉

名 称	電 話 番 号
警察安全相談電話	082-228-9110 携帯電話、PHS、プッシュ 回線は局番なし#9110
性犯罪相談110番電話	082-222-1989
鉄道警察隊ちかん被害相談所	082-263-0300
暴力団関係相談電話	082-228-8000
悪質商法相談電話	082-221-4194
街宣屋等相談電話	082-227-7474

性被害ワンストップセンター ひろしま

本年8月30日に、広島県が運営する性被害ワンストップセンターが設立されました。

性被害にあわれた方や過去の性被害で悩んでいる方が、被害を抱え込まず、プライバシーを守られながら安心して相談、支援を受けることのできる相談窓口です。

あなたの悩み、ご家族や友人の方もご相談ください。

《専用電話082-298-7878》

専用電話により24時間365日電話相談に対応できます。



音戸警察署
☎51-0110

大丈夫ですか? 住宅用火災警報器の維持・管理

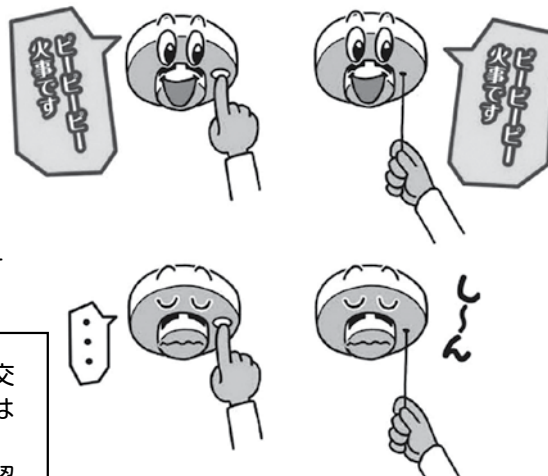
住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や故障、電池切れなどで火災を感知しなくなるおそれがあります。万が一、火災が発生した場合、きちんと住宅用火災警報器が作動できるよう日頃からお手入れと作動確認をしておきましょう。

★ 点検方法

- ボタンを押す又はひもを引いて作動を確認。
- 定期的に作動を確認し、家族で警報音を聞いてみましょう。

★ 音が鳴らない場合は?

- 電池はセットされているか確認する。
- それでも鳴らない場合は、「電池切れ」か「機器本体の故障」ですので、取扱説明書をご覧ください。



※ 住宅用火災警報器本体は、10年を目安に交換をおすすめしています。また、電池の寿命は種類によって違いますが、概ね10年です。
機器に異常がある場合は、取扱説明書を確認し、必要に応じて機器本体を交換しましょう。

音戸消防署 ☎26-0343

家族の笑顔が輝く住まい。
オオサワ創研こだわりの
1,000万円からできる安心住宅が完成。

新築モデルハウスOPEN

リフォーム 新築 不動産
呉市リフォームシェアNO.1の実績!
住まいのことなら何でもお任せください!



株式会社 オオサワ創研
☎0120-96-8490

広 店
呉市広文化町6-4
FAX/0823-22-7932
営業時間/10:00~16:00
定休日/水曜日
mail/info@sooken.com

ホームページ検索!
奥オオサワ 検索
お家の大切な
情報満載!

第17回 ふる・台所生活フェア

●日時 11月27日(日)
9:00~16:00

●場所 波多見コミュニティセンター

◎主催 中国ガス機器(株)
☎(0823)51-2175

