



# 音戸の瀬戸 きらきら通信

2022年2月10日発行

発行：音戸町まちづくり協議会  
(事務局TEL:52-1111)

## 重要

本誌に掲載の各行事については、新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

### 音戸の瀬戸 ふれあい広場 土曜の朝市&野菜市

新鮮な野菜の販売、飲食コーナーのほか、お楽しみ抽選会も開催!多くの皆様のご来場をお待ちしております。

●日時 **令和4年3月5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)

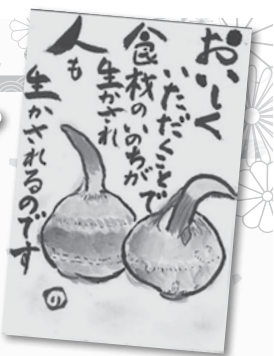
駐車場は音戸漁協横の空き地をご利用いただけます。  
※エコバックをご持参ください。

### 野菜市

いつもの野菜市、いつもの場所です。  
いつも野菜市、いつもの場所です。

**3月19日(土) 9:30~**  
(売切れ次第終了)

### 第15回 わたしの“いのち” メッセージ展



### 絵てがみ展示

展示期間

**音戸市民センター  
3月4日(金)~3月17日(木)**

問い合わせ：呉市音戸会館(音戸町田原) ☎51-3391

### キラキラスマイル

月~金曜日10:00~12:00/13:00~15:00

キラキラスマイルをご利用いただきありがとうございます。感染拡大状況により、支援活動に変更がある場合があります。園庭開放が再開した場合の支援内容をお知らせします。

★3月のうたは、『春が来た』『みんなともだち』など楽しく歌いましょう。

★つくってあそぼうは、すてきな写真立てを作りましょう。(3/1~3/11)

★発育測定ウィーク(3/14~3/18)です。

★3月うまれのお友だちに誕生日カードをプレゼントします。お声をかけてくださいね。

★オンライン「おしゃべり広場」は3/17(木)10:30~11:00です。

今回のテーマは「うちの子すてき」この1年を振り返って、我が子の成長したところや素敵なお話などたくさん話しましょう。

◎初めてご利用される方は、保育園にお問い合わせください。

問い合わせ：きらきら音戸保育園 ☎52-2610

### 高齢者マシントレーニング教室

参加者募集!

「介護予防のための、  
高齢者マシントレーニング教室」

マシン等を利用し、筋力アップを目指す教室です。

対象：呉市に住民登録のある65歳以上  
※安全を考慮し、健康状態により利用できない場合があります。

定員：25名

日時：4月1日~6月24日 毎週金曜日  
13:30~15:30(全12回)

場所：総合ケアセンターさざなみ 1階 トレーニングルーム  
料金：無料

申込：2月10日(木)(市政だより3月号発行日)から3月2日(水)までに直接、総合ケアセンターさざなみ、音戸保健出張所、高齢者支援課、および呉市内の各地域包括支援センターの窓口へ。

※申込書の記入が必要です。(電話での申込みはできません。)

※申込み多数の場合は選考。

問い合わせ：高齢者支援課 ☎25-3104

### 人権行政相談

とき **令和4年3月8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 **令和4年3月9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 成江様より(坪井区)
  - ★あゆみ作業所へ
    - 松本重工業株式会社様より
- 厚くお礼申し上げます。

# 音戸まちづくりセンターだより

令和4年4月からの



## 定期講座受講生を募集します

- ◇ 対象・・・市内か近隣の市町在住
- ◇ 申込・・・音戸まちづくりセンター窓口にて受付（電話での申込はできません）
- ◇ 受付日・・・初めて受講する人 3月1日（火） 8時30分～  
継続して受講する人 3月3日（木） 8時30分～
- ◇ 受講料・・・前期分（4月～9月）を初回講座日に、後期分（10月～3月）を9月に納入していただきます。  
【手作りパン講座は2,400円 その他の講座は4,800円になります】
- ◇ その他・・・一度納められた受講料の返金及び入会の権利を人に譲ることはできません。  
受講希望者が開講基準人数を満たさないときは、中止となります。



講座名	曜日及び時間	定員	講師名	備考
幼児英会話	第1・3木曜日 17時30分～18時20分	10	沖野 智津	年少児～小学1年生
児童英会話	第1・3木曜日 18時30分～19時20分	10	沖野 智津	小学2年生～6年生
ステップアップパソコンA	第1・3水曜日 13時～15時	15	中本 一郎	経験者・別途資料代
ステップアップパソコンB	第1・3水曜日 15時10分～17時10分	15	中本 一郎	経験者・別途資料代
足腰らくらく運動	第1・3木曜日 10時～12時	15	立花 穂	
脂肪燃焼運動	第2・4金曜日 13時30分～15時30分	20	荘野 やよみ	
手作りパン	第3火曜日 10時～12時	16	土井 睦美	別途材料費

※ステップアップパソコンA,Bは同じ内容の講座です。

- ◎ 受付時間：毎日（ただし年末年始を除く）8時30分～17時15分  
※電話での申込みはできません。  
※申込初日（初めての人は1日、継続の人は3日）のみ、1人で複数人の申込はできません。（ただし、同一世帯は除く。）
- ◎ 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：リトミック（4月11・18・25日・5月9日）・スマホ（4月12・19日）  
楽しくクッキング（4月28日・5月12日・6月9日）



### ☆延期した短期講座について振替日程決定と募集のお知らせ☆

#### 基礎から学ぶ「お金の学校」 ～賢いお金の管理方法とは？～講座

日時：3月16日（水） 9時30分～11時30分  
内容：コア・サテライト戦略と準備出来ている応援制度について  
対象：18歳以上 参加費：無料 申込：受付中です！

### ☆春の文化祭「カラオケ発表会」の開催について☆

音戸町文化団体連合会では「春の文化祭 カラオケ発表会」を次のとおり開催します。出演者の皆さんの素晴らしい歌声を是非会場にてお聴きください。皆様のご来場をお待ちしております。

※音戸清盛太鼓保存会、マリーン・ピアチェ、古都ひまわりの皆さんによる太鼓演奏、コーラス、舞踊も披露していただく予定です。  
と き 令和4年3月6日（日）開演 午前10時～  
ところ 音戸まちづくりセンター ホール

### 音戸図書館からのお知らせ

★★★

2月のえほんかいは  
中止します。

場所 音戸まちづくりセンター 3階 音楽室

#### 「あなたと本の出会い」コーナー

2月のテーマは「スイーツ」です。テーマに関わる本の貸出・展示を予定しています。どうぞご利用ください。

#### 自動車図書館

- きらきら音戸保育園 2月16日,3月2日(水) 10:00～10:15
- 明徳保育所 2月16日,3月2日(水) 10:35～10:50
- なぎさ音戸保育園 2月18日,3月4日(金) 14:30～14:45



●問い合わせ先：呉市音戸図書館 ☎ 50-0020

冬場のお風呂に気をつけて

# ヒートショックにご注意!

## ○ヒートショックとは?○

暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度の変化によって血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起こる健康被害のことです。急死に至る危険な状態になることもあり、気温の下がる冬場に多く見られます。

## ○寒い時期には入浴中の突然死が多発○

ヒートショックに関連した入浴中の急死の大半が冬場に発生しています。



### 入浴中の ヒートショック対策の ポイント

- ①脱衣場や浴室をあらかじめ暖めておく
  - ・脱衣所や浴室には浴室暖房器具を置く
  - ・シャワーを利用して浴槽にお湯をはる
  - ・一番風呂を避ける
- ②お湯の温度は39~41度くらいが目安
- ③長湯をしない お湯に浸かるのは10分以内
- ④入浴前に水分を取る。但し食事の直後やお酒を飲んでからの入浴は避ける
- ⑤家族と一緒に住んでいる場合は、家族にひと言かけてから入浴しましょう

### 育児 相談室

●日時：3月2日(水) 10時~11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・栄養相談や、妊娠中・育児中のお母さん自身の相談も伺います。気軽にお立ち寄りください。身体計測も行っています。母子健康手帳、タオルを持ってお越しください。

新型コロナウイルス感染症予防のため、自由遊びはありません。

(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。

母子健康手帳の交付、ご相談などで来所される際は、事前にご連絡いただきますようお願いいたします。

【お問い合わせ】音戸保健出張所(音戸市民センター内) ☎50-0615

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

ソーシャルディスタンスへのご協力をお願いします

「うたごえ喫茶」NKG66with Reikoと過ごす楽しいひと時♪

感染対策をしながら、日時▶3/10(水) 11:00~12:00  
皆で歌って楽しみ  
ましょう♪

**入場無料** お電話にて要予約

毎週水・金・日朝9:45~うずしおラジオ体操

スマホは  
コチラから



おんど観光文化会館 最新情報はうずしおHPよりご確認ください。

**うずしお** <https://ondo-uzusio.jp/>

〒737-1203 呉市音戸町鯛浜1丁目2-3 TEL.(0823) 50-0321 番(代表)

内科・人工透析・循環器科  
呼吸器内科(土)・腎移植外科・泌尿器科(金・午後)(土)  
医療法人社団



# 森本 医院

院長 森本 忠雄

〒737-1377 広島県呉市倉橋町7382-2  
TEL: 0823-56-2225



社会福祉法人 おんど福祉会

認可保育園



# きらきら音戸保育園

\*\*\*\*\*

音戸町波多見2丁目27-1

TEL.(0823) 52-2610

# 特殊詐欺に注意



だまされないで！

「現金を送って」「ギフトカードを送って」  
「電子マネーの番号を教えて」  
「暗証番号を教えて」  
「携帯電話を持ってATMに行って」  
「ATMでコロナ給付金を受け取れます」



## SMS詐欺／サポート詐欺に注意！

**SMS詐欺**：携帯電話のSMSに携帯会社や通販サイト等をかたって「料金未納のお知らせ」「(アドレス)から手続きをしてください」などのメッセージが届く。

**サポート詐欺**：インターネット閲覧中、突然画面に「ウイルスに感染した」「×××に連絡してください」などと表示される。

※記載された電話番号への連絡や、アドレスをクリックすることはしないでください。

留守番電話や防犯機能付き電話を活用しましょう。  
判断に迷ったら、ひとりで決めずに家族や警察に相談を！

呉警察署  
☎29-0110

## 大切な緑を山火事から守りましょう！

山火事は、これから春先にかけて多く発生しています。

これからの時季は、枯葉が地上に積もり、下草も枯れているうえ、降雨量が少なく、空気が乾燥し、季節風が吹くなど山火事が発生しやすい気象条件となります。山火事の原因は、たき火やたばこの投げ捨て、草焼きなど、人の過失・故意によるものがほとんどです。

### ★ 山火事を防ぐには！

- ・空気がよく乾いて、風の強い日には、たき火や草焼きをしない。
- ・たき火や草焼きをするときは、そばを離れずよく監視する。
- ・消火のための水バケツやスコップ等の準備をする。
- ・残り火の後始末は、完全に行う。
- ・山の近くや枯草など、燃えやすい物の近くでは、たき火や草焼きはしない。



### 消防署への届出

消防署への届出は、野外焼却の例外的な**軽微なもの**については、呉市火災予防条例第51条に規定する「火災とまぎらわしい煙又は火災を発生おそれのある行為の届出」により届出をして頂いているもので、たき火の許可をしているものではありません。

西消防署 音戸分署 ☎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

広島 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！  
オオサワ 検索  
お家の大切な情報満載！



TOTAL STUDIO

**FOSSETTE**

トータルスタジオ フォセット

www.fossette.jp

相川写真館 創業85周年

フォトプラザ店

TEL. 0823-20-0920

ポートピアパーク店

TEL. 0823-30-0313