回 覧 確 認											

豊浜市民センターだより あいらんど アビ 2021 2月

第１６８号　令和３年２月１０日発行
呉市豊浜市民センター　電話６８－２２１１
【URL】 http://www.city.kure.lg.jp/soshiki/50/
【E-mail】 toyosis@city.kure.lg.jp

豊浜地区の世帯と人口　【１２月末現在　（　）は前回比】
・世帯数：８４０世帯　・人口：１，２４６人
男：５８５人（-1）　女：６６１人（－1）

重盛親聖様から図書の寄贈について（お知らせ）

令和２年１１月に図書を寄贈していただきました。寄贈図書は，豊浜まちづくりセンター豊島分館の図書室に開架しておりますので，ご利用ください。

第24回 きらきらコンサート

令和3年　2月25日（木）

17:30～開場　18:00～開演

ヴァイオリン，チェロ，ビオラによる弦楽四重奏。
美しい音色に癒やされませんか。

場所：豊浜まちづくりセンター２階大集会室
入場料：５００円
（いきいきパス提示・高校生以下２５０円）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため入場者数を制限させていただく場合があります。また，感染拡大状況によっては中止する場合があります。
※必ずマスクを着用しての鑑賞をお願いいたします。
※体調の悪い方の入場はお断りいたします。ご了承ください。

お問い合わせは
豊浜まちづくりセンター
呉市豊浜町大字豊島3526－15　☎ 0823－68－2213

安芸灘保健出張所からのお知らせ

（電話番号　７０－７１８１）

健康相談

令和3年3月5日（金）
10:00～11:30　小野浦集会所

こころの相談

令和3年3月9日（火）
14:00～16:00
豊浜まちづくりセンター
（会議室1）
※　事前に予約が必要です。

市民税課からのお知らせ

市・県民税，所得税申告相談

令和3年2月22日（月）
9:00～12:00 13:00～16:00
豊浜まちづくりセンター
（大集会室）

（詳しくは，市政だより2月号をご覧ください。）

※　当日番号札を配布し，受付時間を指定します。

受講生募集

【定期講座】

手芸教室
- **月2回　第2･4火曜日　13:30～15:30**
- **講師　坂 和子 さん**
- **受講料　前期 4，400円（別途材料費　必要）**

エアロ＆筋力アップエキササイズ
- **月1回　第3火曜日　18:00～20:00**
- **講師　瀧本 真裕美 さん**
- **受講料　前期 2，400円**

【短期講座】

おやつ研究部
- **月1回　火曜日　13:00～16:00**
- **講師　おりで ちせ さん**
- **受講料　無料（別途材料費　500円程度）**

ピラティス
- **月2回　第1･3月曜日　15:30～17:00**
- **講師　荘野 やよゐ さん**
- **受講料　前期 4，800円**

大正琴
- **月2回　第2･4土曜日　11:30～16:00**
- **講師　名越 久美子 さん**
- **受講料　前期 4，400円**

いきいき健康体操
- **月1回　第3金曜日　10:00～12:00**
- **講師　寺田 智恵美 さん**
- **受講料　無料**

※　受講を希望される方は，豊浜まちづくりセンター窓口または電話　68－2213まで

3密をさけた体力づくり，元気づくり

医療・介護・福祉のワンポイントアドバイス　リレー
コラム第9回：医療編
豊浜町歯科診療所　歯科医師　赤間　芳彦

「口腔ケアで防ごう新型コロナウイルス感染」

新型コロナウイルスの感染予防対策で，手洗いやマスクの着用は，習慣としてほぼ定着しています。

その一方で，マスクを着用していることからうがいが疎かになったり，少し外出を控えて家にいる時間が増えたことによって，歯を磨く回数が減ったりしていませんか？

新型コロナウイルスは，口腔内の粘膜からも感染しますし，もし感染してしまった場合には，唾液中にウイルスが含まれることから，自分の飛沫で人にウイルスを移してしまわないためにも，歯磨きやうがいによって口の中のウイルスの量を極力減らすことは重要です。

まだまだ終息しそうもない新型コロナウイルスにしっかりと立ち向かうために，手洗い・マスクに加えて歯磨き・うがいも今まで以上にしっかりと行い，感染予防に努めましょう。

お問い合わせ先
蒲刈市民センター　：　平日９時～１６時　　担当　：　橋村
事業用携帯番号（呉市高齢者支援課）　０９０－８９９３－６９１９

編集後記
コロナに加えてインフルエンザが流行する季節になりました。体調管理には気をつけて過ごしましょう。（片山）