

# 令和5年 9月 行事予定表

日	曜	保育園・小学校・中学校	協議会・町内長区長会・老人クラブ・他	ゴミ
1	金			可燃物
2	土		グラウンドゴルフ愛好会（運動広場） 8:00	
3	日			
4	月	【保】避難訓練（火災） 【小】放課後子ども教室 123年		
5	火			可燃物
6	水			資源
7	木			
8	金			可燃物
9	土		グラウンドゴルフ愛好会（運動広場） 8:00	
10	日		ゲートボール愛好会（中央GB場） 8:00集合 ※雨天の場合11日（月）	
11	月	【保】交通の日 【小】放課後子ども教室 12年		
12	火			可燃物
13	水			
14	木		円成寺彼岸法要 進栄会例会・グラウンドゴルフ（運動広場） 8:00	
15	金	【保】誕生会・祖父母の会		可燃物
16	土	【中】体育大会	グラウンドゴルフ愛好会（運動広場） 8:00	
17	日		竜神祭 10:00 □	
18	月	● 敬老の日		
19	火	【保】避難訓練（地震）	シニア会（小川 10:30）	可燃物
20	水			資源
21	木			
22	金			可燃物
23	土	● 秋分の日	健康づくりスポーツグラウンドゴルフ （運動広場） 8:00	
24	日		ゲートボール愛好会（中央GB場） 8:00集合 ※雨天の場合25日（月）	
25	月	【小】放課後子ども教室 12年		
26	火		まち協運営委員会13:30 校区街頭指導18:00	可燃物
27	水			
28	木			
29	金	【小】七中体験入学		可燃物
30	土			

健康づくりスポーツ大会グラウンドゴルフ【九月二十三日（土）午前8時集合】

## 昭和コミュニティセンターだより 9月号

掲載を希望される方は、毎月20日までご連絡ください。  
37-2741 昭和コミュニティセンター

### 敬老会式典の中止について

今年も敬老会の季節となりましたが、令和5年度の式典の開催を中止することにいたしました。新敬老者の皆様には、大変残念ではございますが、ご了承の程宜しくお願いします。尚、記念品の配布はおこないます。

#### 記念品の配布日

日時： 9月17日（日曜日）

各区の婦人会役員がご自宅まで配達いたします。

私の校区の健診

#### 令和5年度巡回健診のご案内

健診日 : 令和5年9月7日（木）曜日  
受付時間 : 午前7時～7時50分  
場所 : 昭和コミュニティセンター

受診者には健診日受付時間を指定して通知しております。

#### 出張スマホ教室を開催します

日時： 令和5年11月2日（木）10:00～  
場所： 昭和コミュニティセンター

#### 香典返し寄付

昭和まちづくり協議会に香典返しとして寄付がありました。  
厚くお礼を申し上げ、有効に活用させていただきます。

【寄付】 満汐修一様      【故人】 満汐ミチヨ様  
【寄付】 松島昌明様      【故人】 松島タミエ様

# 昭和コミュニティセンターだより 9月号

## 「令和5年度認知症啓発講演会」開催のご案内

- ◆日時：令和5年9月21日(木)
  - 1部) 受付 13時30分～
  - 開始 14時00分～15時15分終了
  - 2部) 受付 15時15分～
  - 開始 15時30分～17時15分終了
- ◆会場：八代市役所 1階 多目的ホール
- ◆定員：80名(先着順)
- ◆内容：1部) 講話「基本的な認知症のことや認知症・介護予防について」  
講師 ケアサポートメロン 所長 元田 真一 氏  
2部) 映画上映「ケアニン～あなたでよかった～」
- ◆参加費：無料
- ◆申込・問合せ 高齢者支援課 介護予防係 33-4436

1万円相当の商品券や  
ペア温泉券など素敵な賞品が  
総勢360名に当たります。



健康づくりに取り組んで  
ポイントをためて素敵な賞品をゲットしよう！  
健康づくり応援ポイント参加者募集！！

健診(職場健診・人間ドック等も対象)をはじめ、日ごろの健康運動等の健康づくりへの積極的な取り組みにポイントが付与され、500ポイント以上貯めると賞品が当たる抽選に応募することができます。

### 【参加対象者】

八代市在住または勤務の18歳以上の人(学生を除く)

### 【参加方法】

① まず、健康づくり応援ポイント台紙をもらう(※市ホームページからもダウンロードできます)

《ポイント台紙配布場所》

A: 八代市保健センター、鏡保健センター、健康推進課(市役所2階)

B: 各健康福祉地域事務所(支所内)

C: 各コミュニティセンター

② 健康づくりに取り組んで500ポイント以上、ポイントをためる

《ポイント獲得期間》令和5年2月～令和6年1月末

《ポイント対象となる取り組み》

・特定健診・職場健診、各種がん検診

・生活習慣病予防講演会など健康づくり関連事業に参加

・個人で健康講座や運動教室に参加

\*市の医療機関健診や職場健診、人間ドックなどを受診した場合は、健診結果や領収証など健診項目がわかるものを上記AまたはBにご持参いただくと、ポイントスタンプを押します。

③ 500ポイント以上たまった台紙に必要事項を記入し、台紙の写真をインターネットで送る又は提出窓口に台紙を持参し、応募する。

《応募期間》令和6年1月～令和6年2月末まで

《応募受付場所》上記AまたはB

応募期間に所定の場所に台紙を提出された方には参加賞を差し上げます。

### 【抽選の賞品】

・500～1000ポイント未満で 八代ごろよか商品券または市内道の駅商品券1,000円相当、ペア温泉券

・1000ポイント以上で 八代ごろよか商品券5千円・1万円相当、ペアお食事つき温泉券

### 【問合せ先】

八代市役所 健康推進課 成人健診係(八代市保健センター) TEL32-7200



健康づくり応援ポイント詳細

## こころの健康づくり講演会を開催します

- 日時：10月5日(木) 19:00～20:30
- 場所：桜十字ホールやつしろ(ハーモニーホール)
- 内容：知っておこう男女の更年期～自分らしく生きるために

更年期は、女性に限らず男性にも訪れます。だからこそ、更年期特有の不調や疾患をそのままにせず、こころやからだの変化を知り、どう向き合い対処していくかを学ぶことで、更年期を前向きにとらえ、乗り越えていけるように講演会を開催します。

講師 春日クリニック 清田真由美 先生

