

《太田郷校区団体予定表》

- ◆ **まちづくり太田郷協議会**
 - 本部役員会
5日(木) 13:30～ 太田郷コミセン
 - 運営委員会
18日(水) 19:00～ 太田郷コミセン
- ◆ **町内会長協議会**
 - 役員会
9日(月) 13:30～ 太田郷コミセン
 - 定例会
13日(金) 13:30～ 太田郷コミセン
- ◆ **民生委員・児童委員協議会**
 - 定例会
4日(水) 10:00～ 太田郷コミセン
- ◆ **青少年指導員**
 - 校区街頭指導
12日(木) 17:30～ 太田郷コミセン
- ◆ **体育文化部会(体協)**
 - 理事会(グラウンドゴルフ大会について)
5日(木) 19:00～ 太田郷コミセン
 - 太田郷校区グラウンドゴルフ大会
8日(日) 9:00～ 太田郷小学校G
- ◆ **校区老人クラブ**
 - 例会
7日(土) 9:30～ 太田郷コミセン
- ◆ **元気体操教室**
3・10・17・24日(火)
14:00～ 太田郷コミセン

《太田郷幼稚園》

- 3日(火) ひな祭りの集い 誕生会
- 4日(水) 保育参観・後援会総会
- 5日(木) 幼年消防クラブ修了式(午後)
- 6日(金) お別れ遠足
- 10日(火) 卒園おめでとうコンサート
- 11日(水) 保護者による読み聞かせ
未就園児体験遊園
- 13日(金) 新年度保護者会
- 18日(水) ALTと英語で遊ぼう (給食終わり)
- 19日(木) 卒園式 修了式 閉園式

《太田郷ひびき保育園》

- 2、16日 安全点検日
- 3日(火) ひな祭り会
- 5日(木) 交通安全指導
- 9日(月) 卒園進級お祝い会
- 10日(火) 土づくり(幼稚園・夕葉保育園交流会)
- 12日(木) あいさつ運動
- 17日(火) 非常訓練
- 19日(木) 身体計測・幼年消防修了式
食育の日
- 21日(土) 卒園式
- 27日(金) お花見遠足
- 31日(火) 修了式

《たから保育園》

- 2日(月) 安全点検 交通安全指導
(交通安全クラブ)
- 3日(火) ひなまつり 誕生会
- 10日(火) 避難訓練
- 14日(土) 卒園式

《夕葉保育園》

- 2、16日 安全点検
- 2日(月) 身体計測
- 3日(火) ひな祭り誕生会
- 6日(金) 交通指導・スリーデーマーチ
- 10日(火) 非常訓練
- 13日(金) お別れ会
- 21日(土) 卒園式
- 26日(木) 和太鼓指導

《第二中学校》

- 4、5日 公立後期選抜
- 5日(木) 生徒会専門委員会
- 6日(金) 修了式 同窓会入会式
- 7日(土) 卒業式
- 12日(木) 後期選抜合格発表
- 25日(水) 修了式(1、2年)
- 27日(金) 退任式

《太田郷小学校》

- 1日(日) 不祥事根絶を考える日
- 5日(木) 6年生お別れ会、お別れ遠足(終)
- 11日(水) 人権を確かめあう日
- 12日(木) スペシャルイングリッシュタイム(4年)
薬物乱用防止教室(6年)
- 13日(金) 安全点検
- 19日(木) 食育の日
- 24日(火) 卒業式
- 25日(水) 修了式
- 27日(金) 退任式

子ども食堂ななつほし 次回開催日

3月22日(日) 11時30分～13時30分
ところ：太田郷コミュニティセンター
子ども 100円 大人 300円
※今月は、都合により第4日曜日の開催となりました。お間違いないようお越しください。子どもさんは元よりお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんも一緒においしい食事を楽しんでいただけますようスタッフ一同、準備して心よりお待ちしております。^^
(食物アレルギーの対応は致しておりませんが、ご了承ください)

子ども・若者サポート講座 第226号 2025.10.16

お試しや1回だけだと思ったら、定期購入だった

これって定期購入だったの?!

事例
SNSの広告を見て、1回だけだと思って約2千円の基礎化粧品を注文した。商品が届き、コンビニ後払い請求書兼明細書に次回発送予定日が記載されていて、定期購入だったことが分かった。2回目は約1万円もするため小遣いでは支払えない。解約したい。(当事者:高校生)

ひとことアドバイス
▲ SNSの広告などを見て、お試しや1回だけのつもりで低価格の商品を注文したところ、2回目以降は高価格になる定期購入だった、という相談が依然として寄せられています。
▲ 必ず最終確認画面で、定期購入が条件となっていないかなどを確認しましょう。
▲ 特定商取引法では、最終確認画面で販売価格、提供期間などの重要事項を簡単に確認できる表示を義務付けています。誤認させる表示の場合、契約を取り消せる可能性があります。最終確認画面はスクリーンショットで保存しておきましょう。
▲ 未成年者が保護者など法定代理人の承諾なく契約した場合、原則として、民法の「未成年者取消権」で契約を取り消すことができますが、未成年者が成人と偽った場合や金額などによっては、未成年者取消が認められないケースもあります。
▲ 少しでも不安に思ったら、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

発行：独立行政法人国民生活センター 本文イラスト：黒崎 文

とまみの畑

Vol.21 そのサプリほんとに必要?

サプリメントやプロテイン、皆さん飲んでいませんか?

現代の忙しい生活の中で、栄養を補給する手段としてサプリメントやプロテインを利用する人が増えています。

サプリメントやプロテインは、正しい知識と使い方がある初めて効果を発揮します!

サプリメントやプロテインは効率的な栄養補給の手段ですが、利用方法を誤ると逆効果になる場合もあります。複数のサプリメントを使用する際は、含まれる成分が重複していないか確認することが必要です。特に脂溶性ビタミン(A・K・D・E)は体に蓄積する性質を持っているので、適量を守ることが肝心です。プロテインはたんぱく質補給のための補助食品で、筋トレ中や食事で必要量が摂れない場合に有効です。必要以上に摂ると肝臓に負担をかけたり体脂肪が増えたりしてしまいます。

サプリメントもプロテインも魔法の薬ではありません。

便利だからといって、食事の代替品として完全に依存するのはおすすめできません。また、購入時には成分表を必ず確認し「飲むだけで痩せる」「有名人も飲んでいる」などの広告や宣伝に惑わされないことがポイントです。

基本は毎日の食事です。

健康な人の一日に必要な食事量は過去のとまみの畑(Vol.15)に載せています。参考してみてください。

自然な食生活を意識しつつ、足りないものをうまく補っていきましょう。



体の声を聞きながら、必要に応じて専門家のアドバイスを受け健康的な日々を送りましょう! 肝臓や腎臓に問題がある人、治療薬を服用中の人は購入前にかかりつけ医に相談し自分に合っているかを確認しましょう!

とまみの畑(Vol15)はこちらからご覧ください



アドレスはこちらです
<https://www.city.yatsushiro.lg.jp/kiji00322138/index.html>

《生涯学習自主講座クラブ活動予定表》

クラブ名		活動日	時間
八代絵画クラブ	月	2、9、16、23、30	9:00
吟友八代扇紅会	月	2、9、16、23	13:30
スローストレッチ	月	2、9、16、23、30	19:30
コーラスクラブ・フレンズ	月	2、16	10:00
グリーンローズ・フラ・スタジオ	火	3、10、17、24	9:30
やさしい楽トレ/やさしい筋肉トレーニング	火	3、10、17、24、31	13:00
太田郷マージャンクラブ	火	3、10、17、24、31	13:00
かえでダンスクラブ(社交ダンス)	火	3、10、17、24	9:00
スイートハート(社交ダンス)	水	4、11、18、25	9:30
煎茶教室	水	4、11、18	13:30
八代フォークダンスクラブ	木	5、12、19、26	9:00
フラ・シスターズ・プルメリア	木	5、12、19	19:00
韓国語クラブ	木	5、12、19	19:30
ジャギーエクササイズ	木	5、12、26	13:30
オカリナアンサンブル・奏音	金	13、20、27	9:30
囲碁金曜会	金	13、20、27	13:00
スイートピー(社交ダンス)	金	13、20、27	13:30
ミックスV(エアロビクス)	金	6、20、27	19:30
バイラール(ヒップホップダンス)	日	8、15	18:30
八代コカリナ倶楽部	日	29	10:20

※活動日は変更になる場合があります。

消費生活相談関連のご案内【令和8年3月分】

相談内容	開催日
無料弁護士相談	令和8年3月13日(金)、27日(金) 10:00～12:00 13:00～16:00
《予約制》	予約は令和8年3月2日(月)午前8時30分から受付を開始します。市民活動政策課 TEL:0965-33-4482 までお電話ください。

《太田郷卓球クラブ 会員募集!!》

日本製紙体育館において、週3回練習をしています。和気あいあいと、マイペースで卓球を楽しんでいます。ぜひ、遊びにおいでください。花見などもあり、たのしいですよ!

場所 日本製紙体育館
日時 月・水・金 AM9時30分～11時30分
(連絡先…090-1512-8230 橋口)

お待ちしています!

初心者大歓迎!

