

お知らせ板

発行 朝日町役場 〒990-1442 山形県西村山郡朝日町大字宮宿 1115 編集 政策推進課
朝日町ホームページ <https://www.town.asahi.yamagata.jp> TEL 67-2112
FAX 67-2117

朝日町×ミズノ「ウォーキング教室」参加者募集

ヘルシーライフ教室の一環として、ウォーキング教室を開催します。

講師は昨年度に引き続き、ミズノ株式会社ウォーキング部門のアドバイスをを行う黒田恵美子氏を迎えた全5回の教室。東京などでは即満席となる人気の教室です。お誘い合わせの上、たくさんのご参加お待ちしております。

▶今後の開催日・内容

- 第1回 8月30日(金)
健康効果の上がる歩き方
- 第2回 9月27日(金)
いつまでも歩ける足づくり
- 第3回 10月25日(金)
呼吸器を健康に
- 第4回 11月22日(金)
ひざ痛、腰痛とうまく付き合う
- 第5回 令和7年1月24日(金)
日常生活に役立つセルフケア法

※各回で歩行測定、体組成測定も行います。

▶時間

午後1時30分～午後3時(午後1時から受付)

▶会場 北部公民館(秋葉山交遊館)ホール

▶持ち物 飲み物、室内用ズック、タオル

▶講師

一般社団法人ケア・ウォーキング普及会代表理事
黒田恵美子氏

▶定員 先着30名程度

▶その他

- ・参加費無料、動きやすい服装でご参加ください。
- ・基本室内ですが、屋外で行う場合もあります。(10月、11月予定)

▶申込み

第1回目参加希望の方は、8月26日(月)まで下記へご連絡ください。

▶申込・問合せ先

健康福祉課 保健医療係 ☎67-2116



◀スマホ用無料ウォーキングアプリ「aruku&(あるくと)」もぜひご利用ください。

空き巣被害に注意しましょう

朝日町内で空き巣被害が多数発生しています。防犯対策に努め被害発生を防ぎましょう。

①戸締りは確実に行きましょう。

外出や就寝時はもちろん、在宅時であっても施錠を行いましょう。

②防犯対策を強化しましょう。

防犯性の高いカギや防犯ガラス、防犯カメラやセンサーライト等の設置を行うなど、犯人の侵入を防止しましょう。

③長期間家を空ける際には注意しましょう。

自宅を数日間空けるときには、近所に声をかけましょう。また、長期不在の際は、郵便物の不在届等を行うことで、郵便物等がたまらないようにしましょう。

▶問合せ先

総務課 危機管理対策室 ☎67-2111

「ひきこもり」について学ぶ会

村山保健所ではひきこもりについて学ぶ会を開催しております。

「ひきこもっている本人へどう接したらいいの?」「どう声をかけたらいいいの?」「どのように回復していくのだろう」など普段悩んでいることを一緒に学んでみませんか?

▶日 程

9月25日(水) 午後1時30分～午後4時

▶会 場

村山総合支庁西村山地域振興局 西棟 101 会議室
(寒河江市大字西根字石川西 355)

▶対 象

ひきこもりのことで悩んでいるご家族
20名程度(先着順)
(山形市以外の村山地域在住の方が対象です)

▶内 容

(1) 講演(60分)

「ひきこもりの基礎知識」～理解と対応について～
講師 社会医療法人二本松会かみのやま病院
院長 村岡 義明 氏

(2) 講演(50分)

「家族の関わり方を知ろう」～関わり方のポイント～
講師 社会医療法人二本松会かみのやま病院
公認心理師・臨床心理士 佐藤 秀実 氏

(3) 情報提供(15分)

「若者相談支援拠点の取り組み紹介」
報告者 NPO 法人発達支援研究センター
総括若者支援員 佐々木 由佳 氏

▶申込方法

9月18日(水) まで下記へ申し込みください。
午前8時30分～午後5時15分
※土日・祝日を除く

▶申込・問合せ先

村山保健所保健企画課 精神保健福祉担当
☎023-627-1184

陸上自衛隊第6音楽隊 第49回定期演奏会

▶日 時

9月29日(日)
第1回公演 午後1時30分開演
(午後12時30分開場)
第2回公演 午後5時開演
(午後4時開場)

※公演回の選択は出来ませんのでご了承ください。
※未就学児の入場はお断りさせていただきます。

▶場 所

山形テルサ(山形市双葉町1-2-3)

▶出 演

陸上自衛隊第6音楽隊

▶入場料

無料 全席指定

▶応募方法

○メール
インターネットにて「第6師団」で検索し、応募要領に従って送信

○往復はがき

表面 〒999-3797(住所記入不要)
第6師団広報班「定期演奏会係」
裏面 住所・氏名・年齢・希望人数・電話番号
上記を記載し投函。

※はがき1枚につき2名まで

※詳細はホームページ・チラシ・ポスターに記載

▶応募期間

8月30日(金) 必着

▶問合せ先

陸上自衛隊第6師団司令部 総務課広報班
☎0237-48-1151(内線5374)



◀第6師団ホームページ