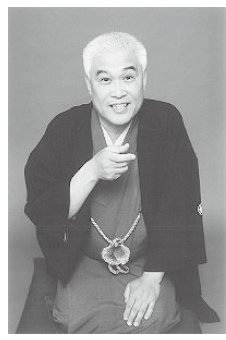


### 消費生活講演会 「ちょいとお待ち!オレオレさん」



最近の悪質商法や詐欺の手口、またその撃退方法を、落語家の山遊亭金太郎さんから楽しく学んでみませんか。

とき▼8月2日(日)午後1時30分～

ところ▼みのりの郷東金

定員▼50名

※事前の申し込みが必要です。

費用▼無料

申込・問い合わせ▼産業振興課  
☎(50) 1155

### 雄蛇ヶ池クリーンアップ大作戦



雄蛇ヶ池をきれいにするため、地元団体(雄蛇ヶ池関係9区)と合同で一斉草刈とごみ拾いを行います。ボランティアも大歓迎ですので、ぜひご参加ください。

とき▼7月12日(日)午前8時30分集合(9時作業開始)

ところ▼雄蛇ヶ池田中側駐車場

※草刈機(燃料含む)、鎌などは各自でご用意ください。

※ごみ拾い用のごみ袋・ごみはさみは用意します。

問い合わせ▼産業振興課  
☎(50) 1142

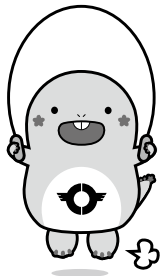
### 自宅で実践! ロコモティブ シンδροームを予防しよう!

「ロコモティブシンδροーム(通称 ロコモ)」とは、運動器(骨・関節・筋肉・神経など)の障害により要介護になる危険の高い状態を指します。

その原因は、①バランス能力の低下②筋力の低下③骨や関節の病気が上げられ、日頃から予防に努めることが大切です。

市では、ロコモティブシンδροームの予防のために講演会を開催します。この講演会では、理学療法士の指導のもと自宅でできる体操をお伝えします。この機会にぜひロコモ予防を始めませんか。

とき▼7月25日(土)午前10時～正午



ところ▼市保健福祉センター(ふれあいセンター)1階多目的室

対象▼市内在住の65歳以上の、要支援・要介護の認定を受けていない方

定員▼先着100名

費用▼無料

講師▼理学療法士 石井宏和さん(九十九里病院)

申込・問い合わせ▼高齢者支援課  
☎(50) 1165

### 講演会「危険ドラッグの危険性について」



危険ドラッグを使用したためにおきた悲惨な事件・事故の実例を交えた講演です。

青少年育成東金市市民会では、青少年の健全育成につながる各種事業を実施し、毎年、総会の開催に合わせて講演会を実施しています。一般の方々も聴講できますので、ぜひご参加ください。

とき▼7月8日(水)午後3時40分～

ところ▼市役所5階会議室

講師▼千葉県警察本部薬物銃器対策課

費用▼無料

※事前の申し込みが必要です。

申込・問い合わせ▼青少年育成東金市市民会議事務局(生涯学習課内) ☎(50) 1205

### 東金アリーナの教室

申込・問い合わせ▶東金アリーナ  
☎(50) 1715

教室名	とき	対象	定員	費用	受付開始
第2期 アリーナ元気塾(午前の部)	8月4日～11月17日の火曜日(全10回) 午前9時30分～10時50分	16歳以上	先着40名	5,000円	7月2日(水)
第2期 アリーナ元気塾(午後の部)	8月4日～11月17日の火曜日(全10回) 午後1時30分～2時50分	16歳以上	先着40名	5,000円	7月2日(水)
第2期 初級エアロビクス教室	8月8日～11月14日の土曜日(全12回) 午前10時～11時	16歳以上	先着20名	3,500円	7月3日(金)
第2期 中級エアロビクス教室	8月8日～11月14日の土曜日(全12回) 午前11時10分～午後0時10分	16歳以上	先着20名	3,500円	7月3日(金)
第2期 青竹体操教室	8月20日～11月19日の木曜日(全10回) 午前11時10分～11時55分	16歳以上	先着20名	3,500円	7月7日(火)
第2期 シニア卓球教室	8月7日～11月13日の金曜日(全10回) 午後0時30分～3時	50歳以上	先着40名	4,000円	7月8日(水)
第2期 かんたんステップ教室	8月26日～12月2日の水曜日(全12回) 午前9時20分～10時20分	16歳以上	先着20名	4,200円	7月9日(木)
第2期 ダンベルエアロビクス教室	8月26日～12月2日の水曜日(全12回) 午前10時30分～11時30分	16歳以上	先着20名	3,500円	7月9日(木)

午前10時

#### ◆一般社団法人東千葉スポーツクラブとの共催事業

自彊(じきょう)術教室、健康ヨガ教室、太極拳教室、ノルディックウォーキング教室、キッズカラテ教室、はじめての小学生空手教室を開催しています。各教室、参加者を募集中です。無料体験も可能ですので、気軽にお問い合わせください。

申込・問い合わせ▶一般財団法人東千葉スポーツクラブ ☎(52) 6020

### 市夏季ソフトテニス大会



とき▼7月26日(日)(予備日8月9日) 午前8時30分～受付開始

ところ▼家徳スポーツ広場

対象▼市内在住・在勤・在学の中・学生以上の方(学生・生徒は市外在住も可)

締切▼7月17日(金)

申込・問い合わせ▼体育協会事務局(生涯学習課内)  
☎(50) 1189

雨天時▶家徳スポーツ広場(午前7時45分～)  
☎(55) 6235

## ホット ニュース

### 公園がきれいにリフレッシュ

日本ペイント・インダストリアルコーティングス株式会社 千葉工場地域貢献活動



5月23日、木下公園(南上宿)で日本ペイント・インダストリアルコーティングス(株)千葉工場の皆さんのボランティアにより、遊具やベンチなど公園施設の塗装が行われました。

また、これは、同社の地域貢献活動の一環として行われており、今回で8回目となります。

遊具は明るくリフレッシュ。まだまだ子どもたちの遊び場として楽しませてくれそうです。皆さんもぜひ遊びに来てください。

### 90歳、現役推進員に感謝状

東金市食生活改善協議会 感謝状

東金市食生活改善協議会は、昭和46年に発足し、地域における食生活改善活動を通して、市民の健康と福祉の増進に寄与しています。現在、会員180名が活動を行い、この度、豊成支部の布施みはさんが90歳を迎え、本会より感謝状が贈呈されました。



成し、支部をより立てるなど、長年にわたる食生活改善推進員としての貢献が認められ、6月には全国食生活改善推進員団体連絡協議会名誉会員として表彰状が授与されました。

布施さん(写真)は、昭和55年から平成5年まで本会の副会長として活躍、平成6年から現在まで参与として尽力してきました。また、支部の活動の中でも多くの推進員を育