



生活習慣病予防を目的に、調理実習を通して食生活について考える教室を次のとおり開催します。

<b>とき・内容</b>	<b>【対 象】</b> 30歳以上	<b>【費 用】</b> 材料費300円
<b>肥満予防</b> <b>高血圧予防</b>	<b>【場 所】</b> 保健福祉センター 午前10時～ 健康教育室・栄養指導室	<b>【持ち物】</b> エプロン・三角巾 筆記用具
1月17日(木) 1月25日(金)	<b>【定 員】</b> 各クラス20名	<b>【申込先】</b> 町民福祉課 377-5652 担当 <small>ひきた</small> 匹田
2月 1日(金) 2月22日(金)		
3月13日(木) 3月28日(金)		

## 高齢者の交通死亡事故多発！

前年の四日市北署管内での交通事故により死亡した高齢者は、自転車乗用中の方が2名、歩行中の方が1名で、大変憂慮すべき事態となっています。

地域全体で高齢者の交通安全を見守り、交通事故のないまちを目指しましょう。



## 人権啓発事業の開催！！

朝日町人権擁護委員連絡会では、人権啓発事業の一環として下記日程で講演会を開催します。皆様のご参加をお待ちしています。

- 日 時** 2月18日(月) 午後1時30分～
- 場 所** 保健福祉センター ホール1
- 講 師** 社団法人 認知症の人と家族の会  
三重県支部代表 泉 美幸 さん
- 演 題** “認知症介護からおこる虐待とは”  
～抱えこむ家族介護から支えあう地域介護へ～



## 料理教室の ～おいしく楽しい食卓を～ 食事・健康・運動について考えてみませんか？

### ご案内

朝日町食生活  
改善推進協議会

**日 時** 1月18日(金) 午前9時30分～午後1時30分(予定)

午前9時30～太極拳ミニ講座(坪井先生)  
午前10時00～BMI・食事バランスガイドについて  
午前10時30～調理実習

**場 所** 保健福祉センター2F  
健康教育室・栄養指導室

**定 員** 25名    **食材費** 200円

**応募締め切り** 1月15日(火)

**申込先** 町民福祉課 ひきた 匹田 377-5652

