

か わ ら 版

自主事業報告

12月

○ 9月1日(日) ~ 11月24日(日) 全10回

大人のならいごとツソズ〜健康麻雀講座4期・5期編



↑
コミプラかわら版
QRコードです★

11月は10日・17日・24日が講座の日でした。
24日が最終日でしたが、最終日のご報告は
次号の1月号にてさせていただきます。(かわら版作成の日程の都合による)
先月の第6回目から点数計算が始まっているのですが、点数計算は
やはり難しく、いつも以上に集中して座字をうけられていました。
実戦中も真剣に牌と向き合い、どうしたら高い点数でめかれるか...
と、考えて打っているようでした。みなさんどんな感じで最終日を迎えられる
のか...乞うご期待です!!

○ 11月15日(金)

スマホ教室



市の主催事業「スマホ教室」がコミプラで行われました。
午前中は「スマホを扱う際のポイントやLINEについて」、
午後は「インターネットの扱い方や地理院地図」のお話でした。
NTTドコモの方が講師をしてくださり、参加されたみなさんの
質問にも優しく教えてくださいました。教室終了後にはみなさん
笑顔で帰られ、コミプラを使ってスマホ教室をしてもらえて良かったです!

○ 11月11日(月)

サークル応援団〜雀の学校さん〜



昨年の健康麻雀講座で立ちあがったサークル「雀の学校さん」から
完全未経験者の新しいメンバーを募集したい!とコミプラに相談があり
今回のサークル応援団で体験会を開きました!
7の方が参加してくださり雀の学校さんのメンバーさんに健康麻雀を
教えてもらいながらサークルの雰囲気を感じてもらいました。
体験会後には、みなさん雀の学校さんに入会希望☆ということであ
り、入会という形になりました!! 今回のサークル応援団、大成功ですね!
コミプラでは、今回の雀の学校さんのように新規メンバーを募集したい!などで
サークルさんをバックアップする「サークル応援団」という自主事業を行なっています。
興味のあるサークルさんは気軽に職員に声をかけてくださいね!
※サークル応援団は年度に1回のみ行ないます。

自主事業予告

12月15日(日) 10:30~11:00

アロマdeつくろい! カンテラオレdeつくろい

会場→市民の方先着6人

(小学4年生以上参加可) 1人で作製できる方限定

費用→500円(材料費)

職員の講座です!

○ 1月5日(日) 10:00~11:00(小1~小4)

書き初め教室

対象→市内在住小・中学生 各先着5人

参加費無料

講師は
習字や数字講座の
田中英紀さん!

12/1 8:30~受付開始

② 薬剤師の豆知識～視力について②

①では近視・遠視・乱視・老眼の4がいをかきました。
 加齢が主な原因とされている老眼が、20〜30代の方にも増えています。
 スマートフォンなどの長時間使用による「スマホ老眼」と呼ばれる症状が、
 老眼と同じ目のピント調節がスムーズにできないことが原因です。スマホ老眼
 は一時的なものがほとんどですが、しっかりと目を休めるようにしましょう。

おまけ
 近視のみが老眼になると？
 遠くも近くも見えづらくはならず、
 目がこぼれなくなるので、手元と矯正
 することもおすすめです。

今回で視力についてはおわりです。
 年々視力を目も休めておきましょう！



救急医療情報キットをご在じですか？

救急医療情報キットとは…救急および緊急時に迅速な支援が行なえるよう、緊急連絡先やかかりつけ医などの情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管することで、万が一の場合に備えることを目的とするものです。

救急医療情報キットには、専用保管容器1個、
 救急医療情報シート1枚、シール2枚(玄関ドア内側貼付用、
 冷蔵庫ドア貼付用)がセットされています。

配付対象者は★65歳以上の1人暮らし高齢者や高齢者のみ
 世帯の方(日中、独居になる方も含まれます)
 ★障がい者手帳をお持ちの方です。


- 配布場所…
1. 白井中央地域包括支援センター
(白井市保健福祉センター1階)
 2. 白井駅前地域包括支援センター
 3. 西白井駅前地域包括支援センター
(西白井複合センター内)
 4. 白井市障害福祉課(白井市保健福祉センター3階)
 5. 白井市高齢者福祉課

※申請書と引き換えに
 配付をしています。
 申請者は配布場所の
 窓口においてあるものか
 白井市のホームページから
 ダウンロードしてご利用ください。

和室開放中です！

12月18日(木)までの毎週水曜日に和室開放中です！
 13:00〜16:00まで和室2に囲碁2セットと麻雀1セット置いて
 ありますので、ご自由にお使いください☆
 おしゃべりしに来るだけでもOKです😊 予約不要！定員18人です！
 (出入り自由)

学びのコーナー

12月の誕生花 → 赤バラ 

12月の誕生花は赤バラです。ロマンチックで高級感のある赤バラは
 男女問わず幅広い年代の方から愛されている花です。
 誰もが知っている世界的に有名な花で、赤バラは誕生日のプレゼントはもちろん他のお祝いにも
 選ばれることが多いフラワーギフトの王道でもあります。 花言葉 → 情熱・美・愛情

