

平成28年2月5日

小山田地区市民センター  
TEL: 328-1001  
ホームページアドレス  
http://oyamada3320.sakura.ne.jp



21号

# おやまだ



## 囲碁大会が行われました



毎年恒例の囲碁大会が小山田地区市民センターで開催され、日頃磨いた腕を競い合いました。結果は右のとおりです。



優勝	皇甫	潤さん
準優勝	国府田	昊さん
3位	矢田	武雄さん



### 地域活動費(高齢者ふれあい支え合い事業) 記念講演会

再掲

講演テーマ

## 認知症の疑問を解決!

講師: 森 恵子さん(小山田記念温泉病院)  
日時: 2月16日(火) 14:00~15:30  
場所: 小山町公会所  
対象者: 小山田地区にお住いの方

講演内容: ・認知症についてのお話  
・ヘルスリーダーによる健康体操 など



経歴: 名古屋大学医学部、同大学院卒業、  
名古屋第二赤十字病院 神経内科勤務、  
国立名古屋病院 神経内科勤務、  
名古屋大学 神経内科勤務を経て  
H19より小山田記念温泉病院 神経内科勤務、今に至る。  
現在、認知症(物忘れ外来)、神経変性疾患を中心に診療中。

申込: 不要

主催・問合せ: 小山田地区市民センター 市川・伊藤・大谷 TEL: 328-1001



ちゃんと知れば、認知症はこわくない！  
先生のお話を聞いて、不安とも サヨナラじゃ



# 料理教室のご案内



日 時：2月18日（木） 10：00～13：00  
 場 所：小山田地区市民センター 2階 実習室  
 材料費：500円  
 定 員：18名  
 持ち物：エプロン・三角巾・ふきん・台ふき・米0.5合  
 講 師：四日市市ヘルスマイト  
 申込み：小山田地区市民センター（2月10日（水）まで）  
 問合せ：TEL：328-1001



※材料購入の都合上、申し込み後の欠席の連絡は  
2/12（金）までをお願いします。

四日市市食生活改善推進協議会



## 四日市健康フェスティバル開催！



健康に関する相談・体験ができる健康フェスティバルを開催します。  
この機会に健康づくりを始めませんか！

日 時：平成28年3月13日（日） 午前10時から午後3時  
 場 所：三重北勢健康増進センター（四日市市塩浜町1番地11）  
 内 容

- 相談コーナー：はり・きゅう、マッサージ、薬、禁煙、歯、姿勢
- 体験コーナー：気功健康体操、「血圧・骨強度・血管年齢・体脂肪測定」、介護予防チェック、鍼灸マッサージ、子供向け歯科の職業体験、歯科矯正診断（先着10名）、入れ歯クリーニング（先着30人）、歯周病検診（先着100人）
- ボランティアコーナー：高齢者の食事、介護予防ストレッチ、ステキ健康おどり、味噌汁の塩分測定コーナー（ご希望の方は味噌汁を50ml程度ご持参下さい）
- ふれあいのお店コーナー：パン、糸製品、手芸品、洋菓子等の販売 ※販売物などは有料
- その他：「小児はり」の紹介など
- 運動施設の無料開放も同時開催します。（午前9時30分～午後6時）  
（プールは水着・水泳帽、トレーニングジムやランニングトラック、軽運動室を利用する方は上靴、運動ができる服装をご用意ください。）

問合せ：三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ）TEL：349-3311 FAX：348-0017



## 「民事介入暴力無料法律相談」の開催について

民事介入暴力に関する無料弁護士相談を実施します！！

暴力団からの不当な要求や嫌がらせなどにお困りの方に対し、弁護士が直接皆さんからの相談をお聞きします。相談は無料で、秘密は厳守致します。



○日時・場所

- ①2月16日（火） 13:30-16:00 川越町役場 3階 301会議室
- ②2月17日（水） 13:30-16:00 四日市市総合会館 8階 第一会議室
- ③2月18日（木） 9:30-12:00 菟野町保健福祉センターけやき 1階第一相談室

○問合せ：市民協働安全課（暴力追放三河地区市町民会議事務局）  
TEL：354-8179 FAX：354-8316