

四邑公民館だより



発行 四邑公民館
7 月 号
Tel&Fax 22-5454

第4回 健康体操

日時:令和8年7月24日(金)

午後1時30分から

場所:四邑公民館 多目的ホール

講師:かつらぎ町役場健康保険課健康推進係

理学療法士 松井 淨治 先生

保健師 岡本 佳也 先生

※参加希望の方は四邑公民館(22-5454)へ
お電話ください。



今年も星川のトーテンポールの下(胡麻寿一
さん所有の土地をお借りしました)に水浦言仁
さんと胡麻能章さんが「ひまわり」を植えてく
れました。

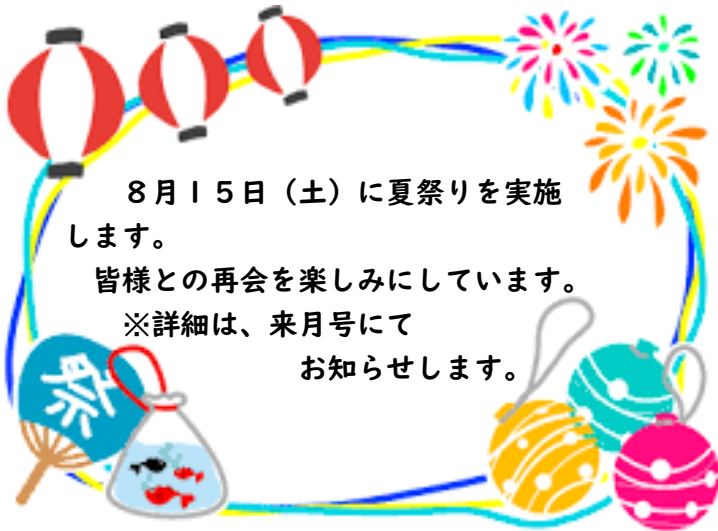
今年は「大きなひまわり(コング)」も植えてく
れました。楽しみにしててください。

種の提供:御所の長谷場敏雄氏にいただきま
した。ありがとうございました。

満開になる日が楽しみです。



四邑夏まつり



8月15日(土)に夏祭りを実施
します。

皆様との再会を楽しみにしています。

※詳細は、来月号にて

お知らせします。

健康体操を実施しました

6月26日(金)午後1時30分から実施しました。



岡本保健師さんから『家庭でできる食中毒予防の
6つのポイント』のお話をさせていただきました。

松井理学療法士さんから体操並びに脳トレクイズ
をしていただきました。

かつらぎ町議会議員一般選挙

7月19日(日)投票日

気軽に
選挙へ
行こう!!

かつらぎ町の公民館は、
火・水・木・金・土(日曜日と夜間は要予約)

時間帯/曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00-17:00	休館		開館				
17:00-21:00			要予約				

※祝日及び年末年始は休館です。

※その他都合により休館にしている場合があります。



健康体操での資料を共有します

家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

point 1

食品の購入



point 2

家庭での保存



point 3

下準備



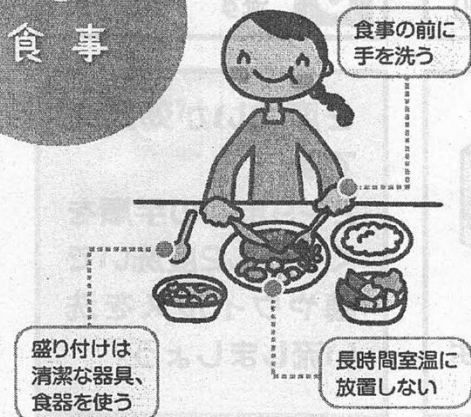
point 4

調理



point 5

食事



point 6

残った食品



食中毒予防の3原則

食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省