

健康長寿講演会～快眠術～意外と知らない上手な眠り～

9月25日(水)に健康長寿講演会が開催されました。今回は睡眠についてのお話でした。寝る前の準備やお昼寝時間、自分に合った寝具選びなど有意義なお話が聞けました。睡眠は健康管理の1つだと考える機会になりました。




健康同好会 (仮称)

現在南しょっとセンターは運動器具を設置しており、皆様にはご自由にご利用いただいています。つきましてはより一層活用いただけるようご利用者の方で同好会を作りたいと思います。参加ご希望の方は随時募集しておりますので下記連絡先までご連絡ください。

南しょっとセンター事務局 ☎ 0940-72-5138

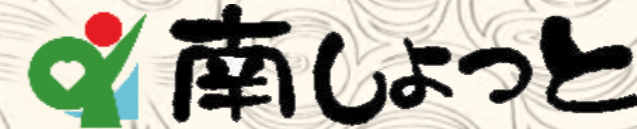
右図は運動器具の写真になります。ジムの代わりにセンターで汗をかいてみませんか？



日 曜	11月行事予定	場所	時間	日 曜	11月行事予定	場所	時間	
2 土	環境景観部会	南しょっとC	10:00～	19 火	連宮連絡会	南しょっとC	16:00～	
7 木	子育てサロン「ポレポレ」	南しょっとC	10:30～	24 日	南しょっとGG月例会	南小運動場	08:30～	
7 木	子育て・青少年育成部会	南しょっとC	19:30～	25 月	子育てサロン「にこにこ」	四角公民館	10:00～	
10 日	南しょっとGG月例会	南小運動場	08:30～	26 火	役員会	南しょっとC	19:00～	
12 火	子育てサロン「なんしょっと」	南しょっとC	10:00～	健康教室「輝」毎週金曜日(第5週除く)1・8・15・22日			南しょっとC	10:00～
12 火	健康福祉部会	南しょっとC	19:00～	寺子屋(小学校4・5・6年対象)毎週火曜日5・12・19・26日			南しょっとC	16:00～
14 木	歌声喫茶「南しょっと」	南しょっとC	10:00～	今後の予定の変更については福津市ホームページ内の郷づくり(福間南)で確認をお願いします。				
14 木	防犯防災部会	南しょっとC	19:00～					
16 土	グラウンドゴルフ大会	南小運動場	08:30～					
18 月	太極拳「ハッピー」	南しょっとC	10:00～					
18 月	子育てサロン「ぱくぱく」	原町公民館	10:00～					

構成自治会
四角 / 両谷
原町 1・2・3
有弥の里 1・2
光陽台 1・2・3・南
日蔭野 1・2・3・4・5・6

住みたい 住みよい 住みつづきたい 福間南



～皆で創ろう! 「ひと」も「地域(まち)」も輝く郷～

発行
福間南地域郷づくり推進協議会
責任者 会長 石原 政道
事務局 南しょっとセンター内
☎ 0940-72-5138
sato-minami@bc.wakwak.com

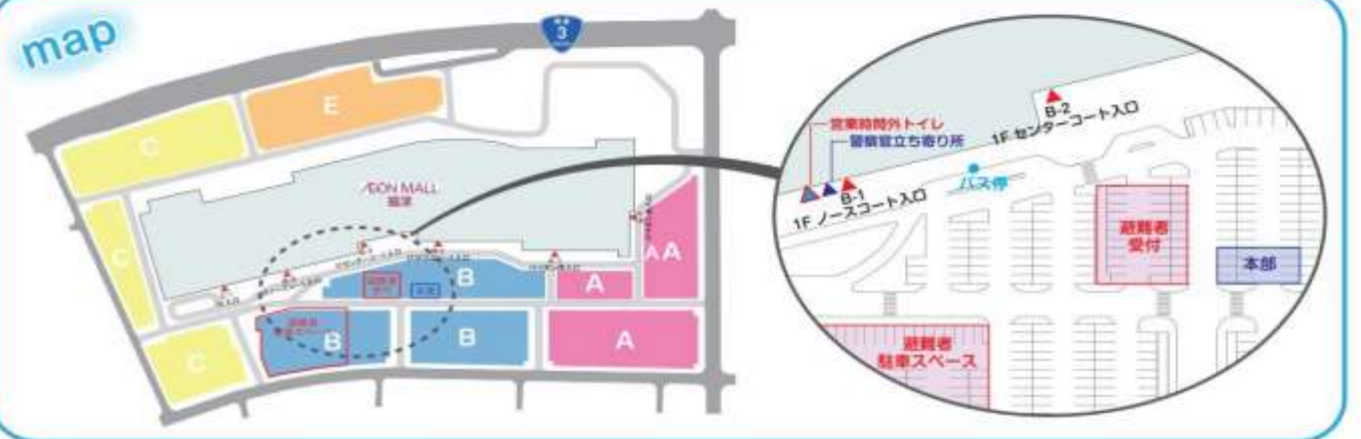
福間南一斉避難訓練

福間南郷づくり協議会・福津市・イオンモール福津主催「福間南一斉訓練」を実施致します。自治会や消防、自衛隊、病院、地元企業などと福間南地域で訓練を予定しています。災害に備え、訓練に参加して、普段見ることができない本格的な訓練をご覧ください!

- 日時** 2024年11月17日(日曜日)
- 時間** 午前09:20～午前11:30
- 場所** イオンモール福津 屋外駐車場B 特設会場

スケジュール

- 9:20～10:00 避難訓練 受付時間
- 10:00～10:05 開会式
- 10:05～10:10 派遣要請
- 10:10～10:15 避難者人数報告・会長挨拶
- 10:15～10:25 派遣団体の到着・パレード
- 10:25～11:30 派遣団体訓練
-
- 10:15～16:00 防災イベント



※9時20分からの総合避難訓練が開始されます。

上記に掲載の避難場所への訓練参加をお願いいたします。