

## 愛護班・体育協会からのお知らせ

南山崎校区愛護班及び南山崎体育協会は、新型コロナウイルスの影響で事業実施ができていないことから、**令和4年度の会費の徴収は行わないことといたします。**

両団体とも随時役員会等を開催し、実施可能なイベントの検討を行ってまいりますので、皆様のご理解、ご協力お願いいたします。

## 伊予市公式LINEの友だち登録をしよう！

伊予市公式LINEでは、災害などの緊急情報・イベント情報などのお知らせを受け取れます。また、通報機能を活用して市内の道路や公園の不具合を直接報告できます。ぜひ友だち登録をして活用しましょう！



### 【友だち追加方法】

- ▶ スマホのカメラ等で右のQRコードを読み取って友だち追加！
- ▶ LINEの友だち検索で『@iyocity』で検索して友だち追加！

友だち追加用  
二次元バーコード



## NEWS

## 地域のできごと

### 第1回健康づくり栄養講座（明治安田生命）を開催しました

4月19日（火）に緑風館で「健康づくり栄養講座」を開催しました。今回は、「止められる老化のポイントを紹介！」というテーマで、肌老化を防ぐために必要な抗酸化と抗糖化について学びました。また、血管年齢測定では多くの方が実年齢より若く、大いに盛り上がっていました。

参加者からは、「とても参考になり、参加してよかった。」などの声をいただき好評でした。第2回講座からの参加も可能ですのでご興味のある方はぜひご参加ください。



◀ 講師の方の分かりやすい説明にみなさん楽しそうに耳を傾けていました。

### 第2回健康づくり栄養講座のテーマは？

必要な栄養素は取れていますか？  
バランスの良い食事で家族も健康に！

※ 摂取カロリーを実際に計算するため、電卓等をご持参ください。

### 不足している栄養素を知ろう！

- ◇ 食の基本の「一汁三菜」や「新型栄養失調」等の不足した栄養素を補うメニューのポイントを紹介！
- ◇ 1日に必要な摂取カロリーを計算

### 第2回健康づくり栄養講座の日程について

5月17日（火）に予定しておりました第2回講座ですが、都合により5月上旬へ変更になる見込みです。新たな日程等については、公民館までお問い合わせください。

## 第24期オピニオンリーダー養成講座を 開催します

### ■日程と内容

	開催日	内容	講師
1	6月14日(火)	今、子どもたちが学んでいること	伊予小学校 教諭 森岡 郁雄
2	6月23日(木)	その人らしく生きるために ～老いと笑顔とありがとう～	西条市広域隣保活動相談員 近藤 誠
3	7月6日(水)	子どもの人権と家庭・不登校への支援	子ども総合センター 所長 土居 和博 適応指導教室指導員 武田 廣香
4	7月15日(金)	拉致問題～特定失踪者の家族としての 立場から～	救う会愛媛幹事 大政 悦子
5	7月25日(月)	子どもたちの多様性を「可能性」に(2) -D&Iを考える-	伊予市教育委員会指導主幹 相原 勝
6	8月1日(月)	部落差別解消の歴史	郡中小学校 校長 宮岡 真司

### ■受講料 無料

※1講座から受講できます。また、4講座以上受講した人には修了証をお渡しします。

### ■時間 19時00分～20時30分

### ■場所 伊予市役所4階 大会議室

### ■新型コロナウイルス対策

マスク着用、入退場時の手指消毒・体温測定、筆記用具持参にご協力ください。  
窓を開けて換気しますので、気温に応じて調整できる服装で参加してください。



### ■申し込み

6月6日(月)までに、大平地区公民館または社会教育課(☎982-5155)へお申し込みください。

健康マージャン教室  
**みんなの麻雀体験会**

脳トレに最適!

初心者大歓迎!

みんなで楽しく!

頭の体操やストレス発散などにも効果的なマージャンを健康的に楽しみませんか?

初心者の方にもゆっくり丁寧に教えます。ぜひご参加ください。

日時: 5月27日(金) 13:00～15:00

場所: 緑風館

参加費: 無料

参加  
申込

大平地区公民館まで  
(TEL: 089-982-0171)