

★ 松山文化伝承館 展示のお知らせ

◇光と遊ぶおひなさま ー松山のお雛様と藤田フミ子ステンドグラス作品展ー 【4月2日(日)まで】

・雛呈茶 3月5日(日) 料金／500円 (入館料込み)
 ・ワークショップ 3月26日(日) 料金／1,000円 (入館料別) 内容／ステンドグラス 万華鏡・他 各10名ほど 時間／①午前10時～ ②午後1時30分～

◇真下記念室 最上川Ⅳ 【4月2日(日)まで】

入館料 一般400円/高校生280円/小中学生120円
 開館時間 午前9時～午後4時30分(入館は午後4時まで)
 休館日 毎週月曜日(祝日の場合はその翌日)

【問】松山文化伝承館 Tel 62-2632

＜松山診療所から休診日のお知らせ＞

2月27日(月)・3月15日(水)は、

医師が不在となるため**休診**します。



【問】松山診療所 Tel 62-2032

松山子育て支援センター2～3月の行事予定

日付	行事内容	申し込み
2/21(火)	身体計測&発育相談 10:00～11:30	2/6(月) から
2/28(火)	育児講座 「郷土食と防災食」	2/13(月) から
3/7(火)	ひよっこ広場 10:30～ 「はらぺこあおむしと あそぼう」	2/20(月) から
3/14(火)	身体計測&発育相談 10:00～11:30	2/27(月) から
3/15(水)	くまくん防災 10:00～	不要
3/22(水)	おたんじょう会 10:30～	3/6(月) から

- ・各行事定員5組まで
- ・2/28(火)の育児講座はどなたでも参加できます。お待ちしております。

【問】松山子育て支援センター Tel 61-4821

まつやま元気ニュース！！

1/27(金)～29(日) 鹿児島青少年交流【受入】

鹿児島県志布志市の小学5年から中学3年の10人が、2泊3日の交流で松山地域を訪れました。

一日目は松山小学校の児童と交流した後に、松山文化伝承館の見学と饅頭作りを体験しました。二日目にはスキー体験とスノーランタン作りや雪上バナナボートなどの雪遊びを体験し、松山の食・文化・歴史を堪能しました。

普段は見ることのできない雪景色に子どもたちは大喜びで、「ここに住みたい！」という声も聞こえてきました。



〈健康・福祉の窓〉



～お風呂の事故に気をつけて！安全に入浴しましょう～



寒い日が続いています。こんな時期は、あたたかいお風呂がとても気持ちがいいですね。しかし、冬のお風呂は危険がたくさんあります。気を付けて入浴しないと、思わぬ事故につながる可能性がありますので、注意が必要です。

入浴に関する事故で亡くなる人の割合は、交通事故で亡くなる人よりも多いといわれています。高齢者に多く、持病のない人にも発生しています。特に寒い冬場に、入浴事故は起こりやすく、普段過ごす部屋と浴室の温度差などで血圧が急に上下することや、脱水状態になることなどが原因と考えられます。

安心して、リラックスできる入浴タイムにするために、以下のポイントに気を付けましょう。

《入浴事故を防ぐポイント》

- 体調が悪いときや飲酒後の入浴は控える。
- 脱衣場や浴室を入浴前にあたためるなど、部屋と浴室の温度差を小さくする。
- 家族に一声かけてから入浴する。
- お風呂の湯温は41度以下にする。
- 入浴前後の十分な水分補給をする。
- 入浴前に足や腰などにかけ湯をし、お湯に慣らす。
- 浴槽から上がるときはゆっくりと。



【いきいきくらぶへのご参加ありがとうございました】

2/15（水）に今年度最後のいきいきくらぶを終了しました。今年もたくさんの皆様からご参加いただき、ありがとうございました。

毎回の運営をサポートしてくださっている、ロコモ予防隊の皆様にも、たくさんのご協力をいただいたこと、感謝申し上げます。

来年度も、皆様が心身ともに元気に過ごすための一助となるような内容を計画する予定です。今まで参加されていた方も、まだ参加したことのない方も、ぜひご参加をお待ちしています。

※来年度、運営のお手伝いをしてくださる「ロコモ予防隊」の隊員を募集しています。

関心のある方は、ご連絡ください。

【問】松山総合支所健康福祉係 Tel 62-2611

2月 松山地域カレンダー

2/17(金)	家族団らんの日
2/18(土)	伝統芸能体験事業(松山城址館) 10:00～11:30

松山地区の世帯数・人口
令和5年 1月31日現在
世帯数： 1,540 世帯 (前月比 2)
人口： 3,730 人 (前月比 -15)
男性 1,771 人・女性 1,959 人