

まちのにきわい創出 memo

駅北復興住宅交流スペースで
“健康づくり教室”開催しています

駅北復興住宅1階にある「交流スペース」は、入居者だけでなく、地域にお住まいの皆さまからも、休憩やお茶のみ場としてお気軽にご利用いただけます。

また、毎月1回、保健師や栄養士、健康運動指導士らによる病気予防や食事のお話、軽運動など楽しい教室を開催していますのでぜひお立ち寄りください。

健康づくり教室日程 ※申込不要 どなたでも参加できます！

とき	内容
9月17日(火)	活性酵素に負けない体づくり(試食有)
10月16日(水)	認知症予防、脳トレ
11月18日(月)	簡単な運動
12月9日(月)	冬期間の過ごし方
1月27日(月)	運動不足を解消
2月5日(水)	栄養の話(試食有)
3月9日(月)	健診を受けよう

時間 午前10時から(1時間程度)



「高血圧の話」で、新潟県立看護大学の学生たちがイラストを使って説明しました。

交流スペースの利用方法 Q&A

Q どうやって使うの？

A 復興住宅入口に設置してある**利用簿(ポストの中にあります)**を確認し、先約がなければ利用できます。利用簿に記入してください。

Q 鍵の借用はどうしたらいいの？

A 復興住宅1階にある訪問診療所で鍵を借りてください。(訪問診療所の開所時間は、平日8時30分から18時です。診療所が閉まっている時間は市役所警備員室となります)

Q 設備や備品はどのようなになっているの？

A キッチン(IHコンロ)、トイレがあります。冷暖房、テーブル・椅子、テレビもお使いいただけます。



【問合せ】糸魚川市建設課 建築住宅係 TEL 025-552-1511

復興や防災にまつわる

ニュース
News

「マンホールカード」を配布しています

大火の記憶を次世代に伝え、防災への願いを込めた復興まちづくり版マンホール蓋のデザインを使用したマンホールカードを無料で配布しています。カードを受け取られた方は、ぜひとも歩いて復興へ歩むまちをお訪ねください。

配布場所・時間 復興まちづくり情報センター
10:00～17:00(年末年始休み)
糸魚川市ガス水道局 8:30～17:15

配布方法 お一人様1枚まで
郵送や予約の取り扱いは行っていません。

問合せ 糸魚川市ガス水道局 TEL 025-552-1540



ぼくたち! わたしたち!

こども消防隊

こども消防隊員を紹介します!

学校で配られたお知らせを見て、格好いいからやってみようと思ってこども消防隊に入りました。去年と比べて、うまくできることが増えていて良かったです。次の訓練も頑張りたいと思います。



隊員 猪股 桔平くん
(糸魚川東小学校6年)