



第56号 12月5日発行
 ひなち地域ゆめづくり委員会
 名張市下比奈知1768番地
 ☎68-1101
 URL
<http://www.emachi-nabari.jp/hinachi/kouminkan/>
 e-mail
hinachi-ko@emachi-nabari.jp

比奈知地区の人口（2020年11月1日現在）

男性	女性	合計	世帯数
2307人	2506人	4813人	2077世帯

【12月の市民センター主催学級】

- ◆ひなち女性学級 冬休み
- ◆比奈知高齢者学級 冬休み
- ◆歴史民俗講座 12月21日(月)「名張にもあった安政大地震」(13時30分～比奈知市民センター大集会室)
- ◆男の料理教室 中止

絵画教室ひまわり 作品展示

11月12日～12月10日まで館内にサークル『絵画教室ひまわり』のみなさんの作品を展示しています。油絵、鉛筆等さまざまな描画の力作揃いです。是非ともご来館の上ご鑑賞ください。



歴史民俗講座開催

11月16日 歴史民俗講座を開催しました。3回目となる今回は、名張郷土資料館 門田了三さんを講師に迎えて名張の藩主藤堂家の建物についてお話しいただきました。受講者の皆さんは熱心に聞き入っておられました。



第4回 比奈知高齢者学級開催

10月29日高齢者学級を開催しました。今回は富貴ヶ丘で活躍中の「とんとん拍子」4名によるオカリナ演奏を行いました。オカリナの優しい音色に癒されたひと時を過ごしました。



お知らせ

■名張市立病院総合診療科医師による「講演会 & 座談会 病院のかかり方」を全4回各地区で開催中です。上・下比奈知地区、富貴ヶ丘区は終わりましたが、滝之原、富貴ヶ丘Ⅱ期Ⅲ期での開催を予定しており、他地区でのご出席も可能です。コロナの不安やお医者さんとのかわり方など、日ごろ聞けないことを医師の方に直接質問できる機会ですので是非ともご参加ください。日程など詳細は追ってご案内いたします。

■1年間ご愛読ありがとうございました。2020年は新型コロナウイルスの流行で様々な制限や新しい生活様式が実践される激動の1年でありました。2021年は皆様の笑顔がたくさん見られる年でありたいと願います。来年もどうぞよろしくお願いいたします。

比奈知市民センターは12月29日(火)～1月3日(日)まで休館となります。1月4日(月)より平常開館です。



青色防犯パトロール

<12月の日程>

12/22 (火) 11:50~

12/23 (水) 11:50~

12/24 (木) 13:40~



よろしくお願いします！



全世界型プレミアム付商品券引換は12月15日(火)までです！

引き換え期間：令和2年11月2日(月)～12月15日(火)まで

引換場所：名張市内郵便局11か所(簡易郵便局は除く)引換券をお忘れなく！！

利用期間：令和2年11月2日(月)～令和3年1月31日(日)まで

問い合わせ先：名張商工会議所(Tel:0595-63-0080)

❀こんにちは～まちの保健室です❀手荒れ予防



12月に入り年末まであとわずかになりました。今年はコロナ禍で何かと我慢が必要になり、ストレスが溜まって精神的・身体的にも不調を訴える方が増えた様です。ウイルスと共存しながら、徐々に元の生活に戻ってきていますが、自分なりのストレス発散方法を見つけて、今後も3密を避け、マスク・手洗い・うがい・消毒で予防していきましょう。最近、手洗いやアルコール消毒で手が荒れる方が多いそうです。皮膚表面の角質層には水分の潤いを保つ機能がありますが、石鹸の洗い残しやタオルの拭き方で皮膚に傷がついてしまうと、水分が蒸発し乾燥して手荒れになります。放置するとひび割れや深い傷になり、痛みの為に手洗いが不十分となり、細菌が残って重症化する事もあります。しっかりと水分を拭き取ることが大事です。ゴシゴシ擦ると皮膚が傷つく為、軽く叩くように押さえながら拭き、その後は、ハンドクリームをこまめに塗る等、保湿ケアで手荒れを防ぎましょう。就寝前にクリームを塗り手袋をして寝ると保湿効果があるそうです。

比奈知まちの保健室 田中・谷川 ☎68-1278

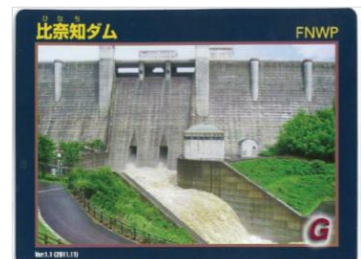
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆比奈知ダムからのお知らせ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

ダムカードの配布が11月1日から再開されました！！

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ダムカードの配布を一時休止していましたが、令和2年11月1日より再開いたしました。

比奈知ダム管理所では平日・土日祝日とも8:45～17:15の間、玄関で配布しております。マスク着用のうえ、お越し下さい。

ダムカードは、国土交通省及び水資源機構が管理するダムなどで配布しているカード型式のパンフレットで、比奈知ダムでも平成20年度から配布しています。ダムへの関心や興味を持っていただく取り組みとして、無料で配布していますので是非集めてみてはいかがでしょうか？ ひそかな人気となっています。



【問合せ先】独立行政法人 水資源機構 比奈知ダム管理所 ☎0595-68-7111