

市民センター主催行事	日 時		学 習 内 容
シャドーボックス教室	11月11日(月) 11月12日(火)	午前9時30分	『展示会に向けての作品づくり』 講師 本間正二郎さん
男の料理教室	11月14日(木)	午前10時	ポークリートのきのこ添え、焼き厚揚げ入りおひたし 他 指導講師 らくらくクッキングのみなさん
ひなち女性学級	11月7日(木)	午前10時	料理教室 ぱっぱとできて簡単でおいしいごはん 講師 ABCクッキングスタジオ ハービス大阪 森田光子さん
	11月24日(日)	午前10時	第39回比奈知文化祭『人権啓発の集い』に参加
ひなち歴史民俗講座	11月18日(月)	午後1時30分	『藤堂家(名張・上野・久居)』 講師 門田了三さん
比奈知高齢者学級	11月19日(火)	午前7時50分出發	館外学習 『世界遺産 百舌鳥・古市古墳群(堺市)と岸和田だんじり会館の旅』

11月23日(土)～11月24日(日)

第39回「比奈知地区文化祭」が催されます！！



地域の方々といっしょに楽しんでいただける場としてひなち地域、市民センターを拠点として活動している方々の一年を通じた成果を地域のみなさんに発表する場と、地域で活動している団体の発表の場として毎年開催しています。今年もこどもから高齢者まで、ご家族で秋の一日をゆっくり楽しんでください。

詳細は別紙『文化祭プログラム』をご覧ください。

名張市総合防災訓練

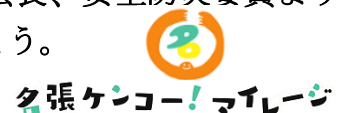
11月16日(土)



この日比奈知地区では自主防災訓練が実施されます。直近では台風19号で以前により増して甚大な被害が起きているいま、今後より強大な災害が予想されます。豪雨災害に関しては事前に天気予測精度が上がり予測することができますが、どの程度の災害になるのかは予測し難いと思います。日頃から災害に対する準備は可能で、いざ災害が発生したとき冷静に行動できるよう日頃の準備、備えが必要となります。

当日の防災訓練はご自宅の防災対策ができているか、家族内の安否確認が出来ているかなどの確認をしていただくとともに、全員参加で「わがまち」の訓練に参加していただくようお願いいたします。なお、詳細な訓練内容については各地区の区長、自治会長、安全防災委員より通知もしくは広報にて通知させていただきます。みんなで参加しましょう。

名張ケンコー！ マイレージ対象



12 / 15

(日)

もう受けましたか？ がん検診

比奈知市民センターにてがん検診を実施します！

肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん

など、自分自身のため、そして家族のため、がん検診を受けてください。

申込書と詳しい内容は別紙広報をご覧ください。

—対象者—

- 名張市に住民票がある方。
- 今年度まだ名張市のがん検診を受けていない方。

- 申込み締切 令和元年11月29日(金)
- お問い合わせ、申込みは比奈知まちの保健室 ☎68-1278
- 又は比奈知市民センター☎68-1101

❀こんにちは～まちの保健室です❀～インフルエンザの予防接種～

そろそろ、インフルエンザが流行する季節になりますが、予防接種には、発症や重症化をある程度、抑える効果があります。特に高齢者や基礎疾患のある方など罹患すると重症化する可能性が高い方には効果が高いと考えられ、流行前にワクチン接種をお勧めします。帰宅後は、うがい・手洗いを忘れずに行い、バランスの良い食事摂取を心がけましょう。

【インフルエンザ予防接種の費用助成のお知らせ】

- ・実施期間…令和元年10月15日(火)～令和2年1月31日(金)
 - ・助成対象者…名張市に住民票があり、65歳以上の人または60歳以上65歳未満で日常的に極端に制限がある障害のある方(一定の条件あり)
 - ・個人負担金…1回 2,000円 医療機関に電話で予約確認が必要
- ※お子さんへの助成もあります、詳しくは9月25日号広報なばりをご覧ください。

連絡先 比奈知まちの保健室(比奈知市民センター内)☎ 68-1278 よねずみ たにがわ 米住・谷川

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 比奈知ダムからのお知らせ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

管理開始20周年記念式典を開催しました



去る8月27日に名張市長をはじめ各関係機関の方々、比奈知小学校4年生の皆さん、卒業生の皆さんをお招きして比奈知ダム管理開始20周年記念式典を行いました。

地域の皆様のダム管理に対する多大なご理解とご協力により無事20周年を迎えられたことに対し、ダム管理所職員一同、感謝申し上げます。

【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