

非接触検知器サーモウォークストップ設置いたしました



市民センターの入口に「非接触検知器サーモウォークストップ」を設置いたしました。
こちらのサーモウォークストップは検温と消毒が一台で出来るものです。
センサー部分に手首を近づけると検温でき、下の部分に手をかざすと消毒液が噴射されます。
入館される時は、検温・消毒のご協力お願い致します。



百合が丘

市民センター

便利

6月号

<http://www.emachi-nabari.jp/yurigaoka/kouminkan/index.html>

市民センター利用時間短縮について

「三重県まん延防止等重点措置」の延長に伴い、当市民センターのご利用時間を下記の通り短縮いたします。ご予約の際は、ご注意ください。

【措置対応期間】 5月28日～6月20日まで
【利用時間】 午前9時～午後8時まで

草ひき清掃のご協力ありがとうございました

5月17日～5月23日の期間、駐車場・玄関周り等、センター周辺の草刈清掃が行われました。市民センターで活動しているサークル会員さん約110名の皆様のご協力を頂き、おかげ様でとても美しく綺麗になりました。
ご参加くださいました皆様お疲れさまでした。
誠にありがとうございました。



Skip広場からお知らせ
6月はお休み

新型コロナウイルス感染防止の為、6月はお休みします。
7月以降の開催については感染状況により検討します。

～職員のご紹介～

4月1日から市民センター職員として勤務することになりました。当センターでは、広報業務を担当するとともに安全防犯防災委員会に属し、住み慣れた地域に微力ながら少しでも恩返しできるように頑張りたいと思っています。「頭も心も明るい男です！」よろしくお願いします。
百合が丘市民センター 田原 榮治

6/4～6/10は「歯の衛生週間」

まちの保健室便り6月号
☎64-8600

お口の健康を保つことは、生活の質を上げることにつながります。また、歯と口腔の健康は健康寿命を延ばすことにもつながります。おいしく食べて生き生きと暮らすために、生涯を通じた歯と口腔の健康づくりを始めましょう。



よくかむといいことがいっぱい♪

- ☆口の周りの筋肉が鍛えられる
- ☆肥満の予防・解消
- ☆味覚の発達
- ☆脳の活性化
- ☆がん予防



- ☆唾液の分泌が盛んになり消化を助ける
- ☆歯や口の病気予防
- ☆胃腸の調子が良くなる
- ☆全身の活性化

口腔ケアを始めましょう

口の手入れを始め、食べる、話す、表情を豊かにするなどの口の機能を維持させるための予防や治療の事を「口腔ケア」と言います。歯、歯ぐき、舌、唇、ほお、のどなど、口の中全体の健康を守り、かつ清潔な状態を保つために行われます。

口の手入れをしましょう

●歯磨き、うがい、時には舌の掃除も！ 入れ歯は外してみがきましょう●

口の中の細菌を増やさない為には毎食後の歯磨きが大切です。特に歯周病の菌が繁殖しやすい歯と歯茎の境目、歯ブラシが届きにくい奥歯の奥などていねいに磨きましょう。また、定期的に歯科医で歯石を除去してもらうことも大切です。

市民センター利用者アンケート実施について

よりよい管理運営、充実した学級・講座等の実施のために、アンケートを実施します。今年度より、アンケート実施期間は設けず通年でアンケートを実施させていただきます。主催講座、各種会議、サークル活動などの際または、センター窓口に設置させていただきますのでどうぞご協力のほどよろしくお願い致します。

