

令和6年 大島地域成人式



1月4日(木)、吉海学習交流館で、宮窪町・吉海町合同の「大島地域成人式」が開催されました。大島地域の38人(宮窪町 男性13人、女性7人・吉海町 男性15人、女性3人)が式典に出席し、市長をはじめ恩師から祝辞を受けました。

式典後は、友人や恩師との再会を喜び合い記念写真や、お互いの近況や昔話に花が咲き、楽しいひとときを過ごすとともに、各自が新たな思いを胸に抱く成人式となりました。

令和6年度 宮窪公民館登録団体のお知らせ

社会教育活動、コミュニティ活動、奉仕活動を行い、宮窪公民館が定める登録の要件を満たす団体は登録することができます。

要件

- ・計画的かつ継続的に社会教育活動などを実施していること
- ・政治、宗教および営利活動を行わない団体であること
- ・構成メンバーがおおむね10人以上であること
- ・その他、宮窪公民館で定めている登録団体規定を守っていただけること

その他

- ・令和5年度に登録されている団体も、新たに登録が必要です。
- ・令和6年度の年度途中での団体登録は一切受け付けできません。

申込先

2月5日(月)~29日(木)までの執務時間中に宮窪公民館(宮窪地域教育課)へ
TEL 86-3238 FAX 86-3828(宮窪支所内)

今治市合併20周年記念事業が始まります

令和7年1月16日に12市町村が1つの家族となり20周年を迎えます。

1月28日(日)に開催のオープニングイベントを皮切りに各地域で様々な行事が行われます。

詳しくは「今治市合併20周年記念特設HP」をご覧ください。

4日(日)	9:00～売り切れまで	宮窪漁港公園前	宮窪の漁師市
6日(火)	9:00～11:00	宮窪支所 1階和室	人権相談・行政相談

健康ひろば	問合せ先	吉海支所 住民サービス課	TEL 84-2111	FAX 84-2115
		宮窪支所 住民サービス課	TEL 86-2500	FAX 86-3828

<健康相談・乳幼児相談>

と	き	と	こ	ろ	内	容
13日(火)	10:00～12:00	鶴島集会所			成人健康相談	
16日(金)	10:00～11:00	旧宮窪保健センター 1階和室			乳幼児健康相談	
28日(水)	13:30～14:30	余所国集会所			成人健康相談	

※乳幼児健康相談では、体重測定時にバスタオルを使用しますのでご持参ください。

<食生活改善推進員養成講座>

と	き	と	こ	ろ	内	容
14日(水)	9:30～13:00	旧宮窪保健センター			栄養講話・調理実習	

※健康づくりに関するボランティア活動に興味のある方は、保健師までご連絡ください。

寒さ厳しい冬は、外に出るのもおっくうになる季節であり、運動不足になりやすいと言われています。また、寒さにより、体温の発散を防ごうとして血管が収縮し、血圧が上がりやすくなります。こんな季節は心臓病や脳卒中などの病気に気を付けましょう。心臓や脳などの血管に負担のかかる季節は、血圧の急激な上昇に注意が必要です。家の中での寒暖差をなるべく少なくし、外出時もしっかりと防寒対策を取り入れましょう。また、日頃から血圧やコレステロールなどの高い方は、主治医と相談し、体調管理をしっかりおこない血管に負担のかからない生活を心がけましょう。



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 宮窪の漁師市	5	6 人権相談 行政相談	7	8	9	10
11 建国記念の日 人権の日	12 振替休日	13 成人健康相談	14 食生活改善 推進員養成講座	15	16 乳幼児健康相談	17
18	19	20	21	22	23 天皇誕生日	24
25	26	27	28 成人健康相談	29	3/1	3/2

☆ 2月の市税および保険料の納期は以下のとおりです。納期限内に必ず納めましょう。

国民健康保険税(8期)、介護保険料(8期)
後期高齢者医療保険料(8期)、固定資産税(4期)

→ 納期限 2月29日(木)

問合せ先 宮窪支所 住民サービス課 TEL86-2500 FAX86-3828

