

とこなめ ふくしレポート



秋ですね

【特集1】「めざコロ体験会」のお知らせ♪♪♪

—「めざコロ」体操を実際にやってみましょう！—

先月のふくしレポートでご紹介しました「めざコロ（めざせ！
転ばぬ！倶楽部）」を実際に体験できるイベントを開催いたします。
会場では健康づくりリーダーが「めざコロ」体操でのポイントを
わかりやすく説明しながら、みなさんでいっしょに体を動かします。
一度体験して、ご自宅で続けていきましょう。



- ・日 時 令和3年9月28日(火)午前10時～11時
- ・会 場 イオンモール常滑(イオンホールB) ※新型コロナ感染状況により中止する場合があります。
- ・定 員 30名(60才以上の方が参加できます)
- ・参加費 無料
- ・持ち物 お茶、タオル
- ・申込み 9月21日(火)までに社会福祉協議会へお申し込みください ※先着順です
※スマイルポイント対象の事業です。スマイルポイントカードをお持ちの方はご持参ください。

電話(0569)43-0660

「楽しく学ぼう！高齢者のスマホ教室」のお知らせ

スマートフォンを上手に使いこなすために、その便利な使い方などを学ぶ
「スマホ教室」を開催します。スマートフォンを使っている人も、これから
スマホに変えようかと思っている人も、どなたでも参加できます。
スマホを使って、生活をより便利にしましょう。



- 日 時 令和3年9月28日(火)午後1時～3時 ※新型コロナ感染状況により中止する場合があります。
- 会 場 イオンモール常滑(イオンホールB)
- 定 員 15名(60才以上の方が参加できます) ※参加費無料です
- 内 容 スマートフォンの基本操作方法、防災(災害)アプリの使い方等
- 申込み 9月21日(火)までに社会福祉協議会へお申し込みください ※先着順です
※スマートフォンをお持ちの方はご持参ください(機種等は問いません)。なお、スマホの貸し出しも行います。

上と同じです

【特集2】あなたとあなたの大切な人のいのちを守るために

～いのちを守る3つのキーワード「お」「は」「し」～



人は誰もいろいろな悩みを抱えています。あなたのご親族、友人、職場の同僚などで悩んでいる人、困っている人がいたら、まずは声をかけて、話を聞いてあげてください。それがあなたの大切な人のいのちを守るにつながります。 ※9月10日～16日は「自殺予防週間」です。

いのちを守るための3つのキーワード

「お」…お声をかける

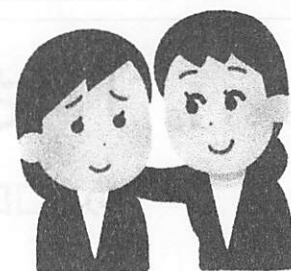
気になることがあれば、さりげなくお声をかけてください

「は」…話を聞く

相手の話をゆっくり聞いてください(否定はしない)

「し」…紹介する

専門の相談先を紹介してください(抱え込まない)



あなたのお声かけが必要です。

相談先

名称	主催	電話番号	時間
あいちこころの ほっとライン365	愛知県	(052)951-2881	9:00～20:30 無休
いのちの電話	日本いのちの 電話連盟	(0120)783-556	16:00～21:00 無休(通話料無料)
こころのなやみ相談 (常滑市の委託事業)	常滑市社会 福祉協議会	(0569)43-0663	8:30～17:00 月～金曜日(祝日除く)

フードバンクへのご寄贈、ありがとうございます

あいち知多農協様より、お米(あいちのかおり)100キロを始め、フードバンク愛知常滑様、連合愛知様 未来への種様、TOTO様、三井酢店様など、たくさんのおみなさまより、お米、飲料水、お菓子、野菜などをフードバンクへご寄贈いただきました。いただいた食料品は、食料を必要とする方や福祉団体等へ提供し、有効に役立ててまいります。みなさまのご家庭でご使用されない食料品がありましたら、ご寄贈いただければ幸いです。

ご連絡先はこちらまでお願いいたします ↓



社会福祉法人常滑市社会福祉協議会 ※受付時間 月～金曜日(祝日 年末年始除く) 8:30～18:00

住所 常滑市神明町 3-35(とこなめ市民交流センター内)

電話 (0569)43-0660 FAX (0569)43-0838

メール tkshakyo@tac-net.ne.jp ホームページ <http://www.tkshakyo.com/>

ホームページもご覧ください

— お 知 ら せ —

令和3年9月

秋の交通安全市民運動

9月21日(火)～9月30日(木)

秋は、日没時刻が日増しに早くなり夕暮れ時から夜間にかけて、運転者から歩行者や自転車の動きが見えづらく、子供や高齢者が交通事故に遭う危険性が高まります。

重点1

子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保

- 運転者から目立つよう手を挙げて横断する「ハンド・アップ運動」を実践しましょう。
- 信号を守る、横断歩道が近くにあるところでは横断歩道を利用するなど交通ルールを守りましょう。

重点2

夕暮れ時と夜間の事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識の向上

- 交通事故を防止するための基本的な運転行動を表した「交通安全スリーS運動」を実践しましょう。

横断歩道

歩行者いれば

赤信号

- 夕暮れ時における自動車・自転車の「ライト・オン運動」を実践しましょう。
- ※点灯時刻の目安（日没時刻の概ね1時間前）

重点3

自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底

- 幼児・児童の乗車用ヘルメット着用はもちろん、中学・高校生、高齢者を始めとする全ての自転車利用者に、ヘルメット着用を促進しましょう。
- 10月1日より、愛知県では自転車の損害賠償責任保険等への加入が義務となるため、自転車利用者は、保険に加入しましょう。

重点4

飲酒運転との悪質・危険な運転の根絶

- 飲酒をせず運転手をあらかじめ決めておく「ハンドルキーパー運動」を促進しましょう。
- 思いやり・ゆずり合いの気持ちを持った運転を心がけましょう。

■市民大学講座

知多半島の歴史 花井探嶺と常滑焼(続)フィールドワーク

内容=大善院観音堂に安置されている平和観音像他、コンクリート仏師・花井探嶺の作品を、解説を聞きながら鑑賞して歩きます。

日時=9月25日(土)10:00~11:30

場所=常滑・大善院

定員=20人(抽選)※落選者のみ連絡、連絡のない場合は時間通りにお越し下さい。

対象=18歳以上の人

講師=外山杲見さん(とやまこうけん。常滑・大善院住職)

参加費=300円(資料代含む)

持ち物=筆記用具、必要な人は水分補給用飲料水

申込期限=9月18日(土)



■生きがい工房セミナー

熱田歴史の街歩き“七里の渡しから始まる物語”

・内容=古代から船の交易で栄えた熱田湊“七里の渡し”を中心に、歴史ドラマの解説を聞きながら熱田神宮周辺の街歩きをします。

・日時=10月9日(土)10:00~12:00

・場所=熱田神宮周辺

・集合場所=自家用車でお越しの場合は熱田神宮南門駐車場、名鉄電車でお越しの場合名鉄「神宮前」駅改札口出た所に9:50まで集合 ※自家用車、公共交通機関等事故の場合は自己責任でお願い致します。

・対象=18歳以上の人

・定員=20人(抽選)※落選者のみ連絡、連絡のない場合は時間通りにお越しください。

・講師=草薙典竜さん(くさなぎてんりゅう。東海道シンポジウム宮宿大会実行委員会顧問。生粋の熱田っ子)

・参加費=300円(資料・保険代含む)※保険は軽微な事故に対する補償です。

・持ち物=筆記用具、水分補給用飲料水、歩きやすい靴、服装でお越しください。

・申込期限=10月2日(土)

※会場ではマスクの着用。また、発熱などの体調不良の場合は参加の自粛をお願いいたします。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、緊急事態宣言等発令された場合は中止することもあります。

◎お申込み先=中央公民館 ☎35-6311 FAX 35-3112

休館日は毎週月曜日(祝日は翌日が休館日)

お問合せ=生涯学習スポーツ課 ☎44-4600

とこなめカルチャークラブ 2021

2021年 10月5日(火) 9:00 募集開始!

1day ① 子育てママの為の整理収納講座

整った部屋は、家事、仕事、育児に忙しいママにも、子供の今や未来にもいい影響を与えます。一緒に整理収納を学びませんか?

- 日時 2021 10/17(日) 10:00~11:30
- 場所 中央公民館 視聴覚室
- 定員 25人(先着)
- 対象 18歳以上の方ならどなたでも
- 参加費 500円(申込時集金)
- 持ち物 筆記用具



講師 たにぐち ゆり 谷口 有里さん

整理収納教育士

整理収納アドバイザー・整理収納教育士・自考カマイスター・クリンネストなど数々の資格を持ち、講師として各資格講座や市民講座など年30回以上の講座を開催。元々は片付けが大の苦手だったのが、整理収納アドバイザーという資格と出会い、人生に変化が。家が整っていくと同時に色々なことが良い方向へ。整理収納が持つパワーを多くの方に伝えたい。



1day ② 包丁研ぎ講座 ~料理をもっと快適に~

切れない包丁はケガのもと。砥石を使った研ぎ方のコツを伝授します。

- 日時 2021 11/6(土) 10:00~11:15
- 場所 中央公民館 料理室
- 定員 12人(先着)
- 対象 18歳以上の方ならどなたでも
- 参加費 300円(申込時集金)
- 持ち物 ご自分の三徳包丁(または文化包丁)、タオル(砥石の下敷き用)、筆記用具



講師 たけうち とも お 竹内 朝夫さん

火作り鍛冶の三男として常滑に生まれる。40才頃、とある社員食堂のチーフから包丁研ぎを学び、以後30数年研ぎを重ねる。45才頃から知人の依頼を受け、2~30本/月の包丁他、様々な刃物を研ぎ、ここ数年は中央公民館料理室の包丁を管理。砥石製造会社主催のワークショップでの指導他、とこなめ焼まつりのステージで包丁研ぎを上演。



1day ③ バレエ講師に学ぶ ウォーキング講座

クラシックバレエの基本である正しい姿勢を学び、体幹のしっかりした美しい歩き方を習得しましょう!

- 日時 2021 11/16(火) 10:00~11:15
- 場所 文化会館 リハーサル室
- 定員 15人(先着)
- 対象 18歳以上の女性ならどなたでも
- 参加費 1,000円(申込時集金)

- 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル
- 水分補給用飲み物
- 運動できる服装
- 室内用靴



講師 おがさわら まゆ 小笠原 真里さん

リントウ バレエスタジオ代表・ロイヤル アカデミー オブ ダンス認定講師 1999年 半田市にて「スワンバレエアカデミー」を発足。数々のバレエコンクールにて優秀指導者賞を受賞。2020年リントウ バレエ スタジオを常滑市内に発足。



お申込みお問合せ 常滑市民文化会館

〒479-0837 常滑市新開町5丁目65番地
TEL.0569-35-3111
FAX.0569-35-3112

受付 9:00~20:00

休館日 毎週月曜日及び年末年始

(※月曜日が祝日の場合は、その翌日以降の最も近い平日が休館日)
(※12月28日~1月4日(年末年始))

<https://www.tokoname-bunka.jp/> 常滑市民文化会館 検索

主催/常滑市民文化会館(指定管理者:株式会社 ケイミックスパブリックビジネス)
企画製作/トルソー

【お申し込みの際の注意事項】

- 受講料は原則、お申し込み時に全額をお支払い頂きます。電話予約の場合は受付窓口にて1週間以内にお支払いをお願い致します。(受付時間9:00~20:00/月曜休館日を除く)
※ご入金をもって申し込み完了とさせていただきます。1週間以内にご入金頂けない場合はキャンセルとなります。
- 一旦納入された受講料、材料費等は原則として返金致しかねますので、予めご了承下さい。
- 講座を欠席された場合は、いかなる理由であっても振替、払い戻しは致しかねます。
- 受講時の写真撮影、録画、録音は会館の事前許可が必要となります。
- 申し込み人数が一定数に満たない場合は、開講を延期、又は中止とさせていただきます。
- 各講座とも定員になり次第締め切ります。
- 講師、他受講者に迷惑を掛ける行為があった場合は受講をお断りする事があります。
- 講師の都合で受講日、講座内容を一部変更する場合があります。又、やむを得ぬ理由で講師が変更となる場合もありますのでご了承下さい。
- 施設、教室内は禁煙です。
- 乳幼児を連れてのご参加は原則ご遠慮下さい。
- 教室内での目的外の勧誘、金銭授受は固くお断り致します。

【新型コロナウイルス感染症拡大防止に関するお願い】

- 来館前の検温
- マスク着用
- 手指消毒

～「よし！ごみを減らそう！」と思ってくれる人が一人でも増えるように願いを込めて～

4R通信（第49号）

断わる 減らす 繰り返し使う 資源化する
『リフューズ♪リデュース♪リユース♪リサイクル』

簡単に実践できる！ごみ減量！

常滑市の家庭ごみを調べたところ約半分が生ごみだとわかりました！

さらに、生ごみの約8割は水分が占めており、この水分を減らすだけで、ごみ減量に大きく貢献できます！

① 水に濡らす前に切る

ニンジンやダイコンなどの野菜で、葉など調理しない部分は濡らす前に切ってしましましょう！



② 水分を含むごみは先に分ける

玉ねぎの皮など既に乾いているものなどは、最初から取り除き、三角コーナーには混ぜないようにしましょう！



③ 水切りネットを使う

ごみを出す前に、ひと絞りすると水切り効果が得られます！



④ 新聞紙を使って乾燥させる

新聞紙に包んで乾くまで置いておくと水分が吸収されてごみ減量に大きく貢献されます！



「4R とこなめ チャレンジ500」気が付けば わたしが主役 ごみ減量
常滑市では、1人1日当たりの家庭ごみ排出量500gを目標としています。

【お問い合わせ】生活環境課 0569-47-6115

家電4品目（洗濯機、冷蔵庫、テレビ、エアコン）の出し方

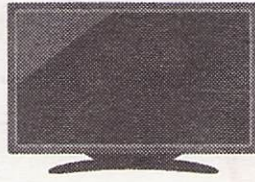
洗濯機、冷蔵庫、テレビ、エアコンの家電4品目は家電リサイクル法により、リサイクルすることが義務付けられています。不用になったら、正しく処理しましょう。



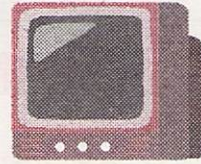
洗濯機
衣類乾燥機



冷蔵庫
冷凍庫



テレビ
(液晶・ブラウン管)



エアコン

1. 家電販売店に処理を依頼する

「購入した店」「買い替えする店」に引き取りを依頼し、リサイクル料金と収集運搬料金を支払う。

2. 収集運搬許可業者に依頼する

「購入した店がわからない」「買い替えの予定がない」場合は、収集運搬許可業者に依頼してください。以下は常滑市の許可業者です。

業者名	所在地	連絡先
株式会社テクア	泉町1丁目44番地	0569-35-3817
有限会社マルハチ	矢田字烏田24番地の3	0569-42-2976
常滑市シルバー人材センター	神明町3丁目40番地	0569-89-7722
有限会社葦重紙プレスセンター	金山字菖蒲池34番地	0569-43-4135
中野建材	市場町4丁目172番地	0569-34-4968

3. 指定引取場所に自分で持ち込む

- ①郵便局で家電リサイクル券を購入する。
- ②必要事項を記入し、廃棄する家電製品に家電リサイクル券を貼る。
- ③指定引取場所*へ搬入する。

※トーエイ株式会社 常滑市大曾町4丁目64番地 Tel: 0569-36-3317

正しく処理されないと...

街中で巡回している業者や空地で回収している業者、インターネットネットで広告している業者などの中には違法業者がいます。

違法業者に引き渡した場合、不法投棄や不適正処理により火災が発生したなどの事例が報告されています。

また、無料回収と言いながらも、後々になって高額請求されるといったケースもあります。

そのため、上記1. ~ 3. の正しい処理をしましょう！

