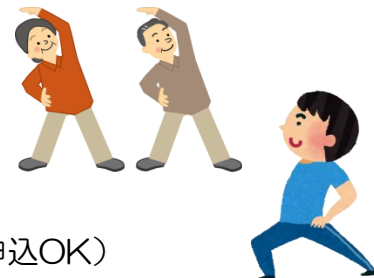


健康

◆◇まちの保健室～雪国の冬を元気に過ごすために②～◇◆
楽しくストレッチ☆肩こりも腰痛も吹き飛ばそう！！

寒い冬、ついこもりがちになる季節ですね。1月の「まちの保健室」は、みんなで体を動かして、身体と心を温かくします。ご自宅でもできるストレッチで、雪かきによる腰痛も予防しましょう。

- ☆1月16日（木）午前10時30分～12時30分
- ☆場所：山形市避難者交流支援センター（第2会議室）
- ☆対象：どなたでも。お子さま連れの方も歓迎します。
- ☆内容：運動「楽しくストレッチ、肩こりも腰痛も吹き飛ばそう！」
 健康相談、健康チェック（血圧・体脂肪など）
 ハンドマッサージ&ホットドリンクでほっこりタイム
- ☆持ち物：特にありませんが、動きやすい服装でお越しください。
- ☆申込み：1/13（月）山形市避難者交流支援センターまで（電話申込OK）



物資配付

◆◇カゼ対策マーケット開催☆先着100組様へ「福袋」配付します◇◆

冬期間恒例の「カゼ対策マーケット」を開催します。今年はマスク、ティッシュ、ハンドソープなど、カゼ予防グッズをエコバッグに詰め込んで「福袋」にして差し上げます。

- ☆1月18日（土）午前10時～午後4時（なくなり次第終了）
- ☆マーケット参加には本紙下記の「引換券」が必要です。

【引き換えにあたってのお願い】

- ※「引換券」はあらかじめご記入・切り取りのうえ、マーケット当日に忘れずにご持参ください。
- ※「引換券」の再発行はいたしません。
- ※「引換券」は1世帯1枚のご使用でお願いいたします。知り合いに頼まれた等、複数の引換券のご使用はご遠慮ください。
- ※時間外のお渡し、予約、お取り置きはできません。



☆福袋の中身をちょこっとご紹介

| | | | |
|---|--|---|--|
| ◎おとなセット 大人用マスク 使い捨てカイロ BOXティッシュ ハンドソープ 石けん …他 | ◎こどもセット 子ども用マスク 子ども用歯ブラシ ポケットティッシュ ハンドソープ 石けん …他 | ◎赤ちゃんセット おしりふき フェイスタオル BOXティッシュ ハンドソープ 石けん …他 | ◎お風呂セット バスタオル ボディーソープ ハンドソープ 石けん …他 |
|---|--|---|--|

キリトリ

2014/1/18 カゼ対策福袋 引換券（再発行はできません） ☆アンケートにご協力ください

- ※事前にご記入の上ご来場ください。
- ※引き換えは1世帯あたり1回限りです。
- ※知り合いに頼まれた等、複数の引換券のご利用はご遠慮ください。

ご氏名 _____

年齢 ~20代 30代 40代 50代 60代 70代 80歳~ _____

現住所 _____

電話番号 _____

被災元（市町村名） _____

◆健康に関して「まちの保健室」で取り上げてほしいテーマがあったら教えてください

◆参加してみたい「交流会」があったら教えてください

(この紙面は2頁目です。1頁目は防災対策課よりの表書きの裏面にあります)

さとカフェ ◆◇1月の「さとカフェ」◆◇

さとカフェの日は、センター内ドリンクコーナーが充実。「ホットドリンクでほっこりひと休み」カフェ代わりにお気軽にお立ち寄りください。ランチタイムのご利用も大歓迎です。ランチ持参の方には“コーゲン入りスープ”をご用意してお待ちしております。どうぞご利用ください。



♡1月のさとカフェ♡
1/10(金) 10:00~15:00
1/24(金) 10:00~15:00

♡冬メニュー♡
甘酒・ほっとゆず登場♪



交流会① ◆◇おとなの다가しや樂校 ~レジンふたたび~◆◇

大好評につき、2か月連続でおとなの다가しや樂校・レジンアクセサリ作り交流会を開催します。「レジン」とは、英語で「樹脂」のことをいいます。透明樹脂・レジンでペンダントヘッドを作りながら、おとなだけのゆったりした時間を過ごしませんか？初参加の方、大歓迎です。

- ☆1月10日(金) 午前10時~12時
- ☆場所：山形市避難者交流支援センター
- ☆対象：大人だけで参加できる方
- ☆申込み：1月9日(木)
山形市避難者交流支援センターまで(電話申込OK)
※材料準備のため、申込みが必要です



交流会② ◆◇福島県浜通り交流会◆◇

福島県浜通り出身の方、交流会を開催します。近隣におしまいの方もお誘いあわせの上、ご参加ください。存分に地元の話を楽しめますか？当日は福島県職員も参加します。ぜひみなさまの声を聞かせください。

- ☆1月23日(木) 午後1時30分~3時30分
- ☆場所：山形市避難者交流支援センター(第2会議室)
- ☆対象：福島県浜通り地方から避難中の方
※託児はありませんが、お子さまもご一緒にどうぞ
- ☆申込み不要。直接会場へお越しください。

♪交流会♪



センターより ◆◇年末年始の業務に関するお知らせ(再掲)◆◇

①大掃除(床のワックス掛け)に伴うお知らせ

☆12月28日(土) 午前9時30分~午後3時頃まで
作業中はセンター内への立ち入りはできません。その間、無料電話、インターネットのご利用もできません。新聞は当センター隣の第2会議室で閲覧、持ち帰りができます。
ご不便をお掛けしますが、ご了承願います。



②年末年始の休館について

☆年末年始休館日：
12月29日(日)~1月3日(金)
1月4日(土)より通常業務

③東邦銀行移動ATM車

☆年内最終営業・・・12月27日(金)
☆年明け営業開始・・・1月10日(金)

大掃除ボランティア募集

☆12/28(土)9:30~11:00

作業内容：

机・イスの運び出し/窓ふき など
ご協力いただける方は、当センターまでご連絡ください。お願いいたします。



イベント報告

だがしや楽校☆クリスマスパーティー ～はながたベニちゃんがやって来た！～

12月15日「だがしや楽校」にて、クリスマスパーティーが行われました。突然の雪景色にも負けず、82名の親子と13名のボランティアスタッフが参加。もの作り屋台では、世界にひとつの作品がたくさん生まれました。また、これまでのだがしや楽校関連作品が当たる抽選会では、講師スタッフ渾身の作品に歓声上がる場面も。「アレ作ってみたい！」と思われた方、今後の「だがしや楽校」「大人のだがしや楽校」にご期待ください☆



バルーンピエロ☆ましゅまろちゃん



お願いサンタさん！おねだり短冊



12～1月のセンターイベント予定

☆詳細はお知らせの記事をごらんください☆

| | | |
|--------------------------------------|---|---|
| 12/28 | 土 | 大掃除 (9:30～15:00ころ) 床ワックスがけのため立ち入りできません 新聞は第2会議室にて閲覧、持ち帰り可 |
| 12/29 | 日 | 年末年始休業 |
| 1/3 | 金 | |
| 10 | 金 | さとカフェ (10:00～15:00) ホットドリンクでひといきいかがですか♪ 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください 大人のだがしや楽校 ～レジふたたび～ (10:00～12:00) 申込〆切：1/9 (木) |
| 16 | 木 | まちの保健室 (10:30～12:30) ちょっと体を動かしてみませんか？ 申込〆切：1/13 (月) |
| 18 | 土 | カゼ対策マーケット (10:00～16:00) 先着100組様限定☆カゼ対策福袋配付 今号に掲載の「引換券」をお忘れなく |
| 23 | 木 | 浜通り交流会 (13:30～15:30) 申込不要・当日受付 |
| 24 | 金 | さとカフェ (10:00～15:00) ホットドリンクでひといきいかがですか♪ 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください |
| 26 | 日 | だがしや楽校 (10:30～14:00) ※詳細は次号で |
| ☆申込み：山形市避難者交流支援センター ☎023-625-2185 | | |

予告

◆◇1月のだがしや楽校◆◇

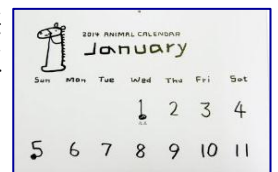
☆1月26日(日) 午前10時30分～午後2時
☆場所：山形市避難者交流支援センター
☆なにやるの：松ぼっくりアート☆バレンタイン編
手作りスライム風船
←現在の暫定チャンピオン
PRタイムの後、こんなに大きく
膨らみました。コツを覚えたチャンピオンの記録を破るのはキミだ！



物資配付

◆◇カレンダー差し上げます◆◇

2014年版カレンダーの提供がありました。ご希望の方に差し上げています。当センターまでお越しください。



センターからのお知らせ 次回は1月16日発行予定です



1年間のご愛顧ありがとうございました
みなさま良いお年をお迎えください

山形市避難者交流支援センター

〒990-0075 山形市落合町1

山形市総合スポーツセンター3F

TEL: 023-625-2185 FAX: 625-2191

開館時間 午前9:30～午後5:00

月曜日休館 (月曜日が祝日の場合は翌日休館)

水曜日 福島市職員による相談窓口開設 10:30～15:00

木曜日 福島県職員による相談窓口開設 10:00～16:00

金曜日 東邦銀行移動店舗(ATM車)来場 10:00～15:00