講演・講座

糖尿病予防講演会

とき　11月12日(月)13時30分～15時
ところ　リ・フレ
演題　運動を習慣づけよう！
講師　府中市B&G海洋センター　健康運動指導士　大越利夫さん
受講料　無料
問い合わせ先　健康医療課元気づくり係（リ・フレ内・☎47-1310）

精神保健福祉講演会

認知症は特別な人に起こる病気ではなく、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。
一人一人が認知症の理解を深め、認知症になっても安心して暮らせるよう、地域全体で支え合いの輪を広げていきましょう。

とき　11月27日(火)13時30分～15時
ところ　上下町民会館
演題　認知症について知ろう～自分らしく過ごすために～
講師　光の丘病院　副院長　石岡芳隆さん

受講料　無料
問い合わせ先　健康医療課元気づくり係（リ・フレ内・☎47-1310）または健康づくり係（上下保健センター内・☎62-2231）

パパママ教室

とき　12月9日(日)13時15分～16時
ところ　リ・フレ
対象　府中市に住民票のある妊婦とその家族
内容　お産の準備、産後の生活と子育て、パパの妊婦体験、沐浴・抱っこ・着替えなどの育児体験
参加料　無料
持参するもの　母子健康手帳、筆記用具、飲み物
申し込み方法　電話で申し込んでください。
申し込み期限　12月6日(木)
申し込み・問い合わせ先　健康医療課元気づくり係（リ・フレ内・☎47-1310）

第3回糖尿病教室

今回の教室は、おせち料理がテーマです。料理から摂取されるカロリーを学び、自分に合ったおせち料理を管理栄養士と考えてみましょう。汁物の塩分量を測定することができるコーナーもあります。どなたでも参加できます。
教室の終了後、病院スタッフによる糖尿病に関する個別相談を受け付けます。

とき　12月10日(月)14時30分～15時30分
※受け付けは14時15分～。事前の申し込みが必要。
ところ　府中市民病院
定員　30人
※申し込みの際、身長と体重をお知らせください。
参加料　無料
申し込み・問い合わせ先　府中市民病院（☎45-3300）

福山地区消防局

◎危険物取扱者保安講習（後期）
とき・内容　平成31年1月24日(木)午前…その他、午後…コンビナート▽25日(金)午前…給油取扱所、午後…その他
ところ　福山消防合同庁舎
申し込み期間　11月5日(月)～16日(金)
◎消防設備士試験準備講習会（後期）
とき・内容　12月11日(火)…第1類・第4類・第6類
ところ　まなびの館ローズコム
定員　先着各30人
申し込み期間　11月12日(月)～30日(金)
問い合わせ先　福山地区消防局予防課（☎084-928-1192）

おでかけください広域へ

神石高原の神楽競演会

とき　11月25日(日)9時～16時
ところ　光信寺（神石高原町光信5500）
内容　神代神楽八ヶ社、豊松荒神神楽社、油木神楽保存会、神代子供神楽が演目を披露します。
料金　前売り…大人1,000円、当日…大人1,500円、中学生以下…無料
問い合わせ先　（一社）神石高原町観光協会（☎0847-85-2201）

【県警メールマガジンへの登録のお願い】
特殊詐欺の手口や交通情報など、会員の皆さんに、いち早く情報などをお知らせします。
携帯電話・スマートフォンのバーコード読み取り機能を使って、QRコードを読み取ってください。
特定の警察署のメールだけを受信するように設定することもできます！
なくそう特殊詐欺被害！府中警察署