

募集

**第25回景観づくり大賞の
景観写真を募集します**

広島県、特に府中市の優れた景観、お気に入りの景観を写真に収めて、応募してください。

応募方法 応募用紙に必要な事項を記入し、写真（Lサイズ）を添付の上、郵送してください。

※応募用紙は、広島県景観会議のホームページからダウンロードできます。市役所まちづくり課・上下支所・府中市生涯学習センター・上下歴史文化資料館でも配布しています。

応募期限 平成30年1月19日（金）

応募・問い合わせ先 広島県景観会議事務局（☎0827-5912167）

講演

**成年後見セミナー・
相談会を開催します**

成年後見制度をご存知でしょうか。制度について知りたい人、もっと学んでみたいという人、この機会に理解を深め、これから先の暮らしについて一緒に考えてみませんか。

◎**成年後見セミナー**
とき 10月28日（土）13時30分～

ところ リ・フレ
演題 地域で安心して暮らし続けるために「成年後見制度ってどんな制度？」
講師 まつたに社会福祉士事務所 松谷恵子さん



参加料 無料
申し込み方法 開催日の2日前までに、電話で申し込んでください。

◎**無料相談会**

セミナー終了後、社会福祉士による成年後見制度に関する個別相談会を行います。事前に予約が必要です。

先着3人までです。
申し込み・問い合わせ先
府中市社会福祉協議会
（☎47-1294）

**高血圧予防教室
「脱・高血圧教室」**

講師 健康課 保健師、栄養士

とき	ところ	演題と内容
10月23日（月）10:00～12:00	府中市民病院	・高血圧予防のための生活改善のヒント
11月24日（金）10:00～12:00		・減塩のための食事改善のヒント
12月14日（木）10:00～12:00		・実食・みそ汁塩分濃度測定

定員 各回先着10人
持参するもの 自宅のみそ汁100ml

受講料 600円
※昼食代を含む。

申し込み方法 電話で申し込んでください。

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）

健康づくり講演会

とき 10月19日（木）13時30分～15時

ところ リ・フレ
演題 ロコモ予防～自分にあつた運動をみつけよう～
講師 健康運動実践指導者 荻部美千代さん

※申し込み不要で無料です。運動のできる服装と靴で、飲み物を持参してください。
とき 10月31日（火）13時30分～15時30分

ところ クルトピア明郷
演題① ロコモを防いで健康寿命を延ばそう～いつまでも自分の足で歩き続けるために～

講師 榑崎外科医院院長 榑崎靖人さん

演題② 栄養バランスを整える秘訣

講師 在宅栄養士 信岡マユミさん

※申し込み不要で無料です。
問い合わせ先 健康医療課 元気づくり係（リ・フレ）
内・☎47-1310）ま

今月の表紙

今月の表紙は、市内を走るバスです。公共交通機関として、移動手段の一つを担っています。市内を循環するぐるっとバスは、今月から左まわりが試験的に導入され、利用数によって本格導入が検討されます。合言葉は乗って残そう公共交通です。

編集者のつぶやき

●10月は、毎週さまざまなイベントが行われます。とりわけ食に関するイベントが目に入ってくるのは、食欲の秋だからでしょうか。ひろしま100万食プロジェクトでは、給食の試食会を行います。久しぶりの給食を味わってみるのもいいですね。⑩