

もっと自分に磨きをかける！

ヨガストレッチ教室

ヨガのゆっくりとした呼吸法と身体のバランスを整えるポーズを無理なくご自分のペースで行えます。
普段あまり使わない、筋肉を伸ばすことで心も体もすっきりリフレッシュ！

講師：野田由美子さん
(みどりの時計台)

平成24年
1月11日～
3月28日(全6回)
午後7時15分～8時20分

場 所：総合ふれあいセンター
参加費：1回につき200円(入浴料も含む)
服装等：動きやすいTシャツなど薄手の服装
タオルや水分補給用の水
クールダウン時は冷えますので、
上着や靴下があると便利です

スケジュール
1回目 1月11日(水)
2回目 1月25日(水)
3回目 2月 8日(水)
4回目 2月22日(水)
5回目 3月14日(水)
6回目 3月28日(水)

申し込み・問い合わせ先・・・総合ふれあいセンター ☎973-0811

子どもの安全を守るためライター等の販売が規制されました

今年9月27日以降、本体に「PSCマーク」が表示されていない、いわゆる使い捨てライターや多目的ライターは、販売が禁止されています。

PSCマークの技術基準では、構造、強度、爆発性、可燃性等製品の安全性を求めるとともに、点火レバーを固くして子どもが簡単に操作できないようにすることを規定しています。

購入にあたっての注意

以下のライター等については、本体にPSCマークが表示されていないものは販売が禁止されています。
使い捨てライターや多目的ライター(点火棒)のうち、

- 燃料の容器と構造上一体となっているものであって
- 当該容器の全部または一部にプラスチックを用いたもの

PSC マークとは？

※ライター等の特定製品を製造または輸入する事業者が、技術基準に適合する等の義務を履行した場合に付される表示です。



- 子どもの手の届かないところに置きましょう！
- 火遊びの危険性を教えましょう！
- 不要なライターは正しく廃棄しましょう！

ライターの火遊びによる火災を防ぐには、周囲の大人の注意が欠かせません

100m	2年女子	1位	上村 智子	2位	増田 涼花
	3年女子	2位	三谷麻里那		
100m	1年男子	2位	上村 海斗		
	2年男子	1位	小笠原丈太	2位	畠山 弾
110mハードル男子		1位	増田 有人		
1500m女子		2位	釣井 香歩	3位	山中 玲美
1500m	1年男子	2位	増田 達人		
400m	3年男子	3位	西山 和真		
800m	1年女子	1位	釣井 香歩		
3000m	3年男子	3位	豊永 拓矢		
走り高跳び	3年女子	1位	三谷麻里那		
走り高跳び	2年男子	1位	小笠原大輔		
	3年男子	1位	北村 悠平	3位	和田 涼伽
走り幅跳び	1年女子	1位	藤原 桜	2位	小笠原梨桜
	2年女子	1位	増田 涼花	2位	上村 智子
		3位	茨木 美里		
	3年女子	1位	豊永 七瀬		
走り幅跳び	1年男子	3位	増田 達人	3位	小笠原丈太
	2年男子	2位	畠山 弾		
	3年男子	2位	増田 有人	3位	上村 卓司
砲丸投げ	2年女子	1位	酒井 美久		
	3年女子	1位	木村菜々美	2位	公文なごみ
		3位	伊部 若菜		
砲丸投げ	2年男子	1位	西村 洋哉		
	3年男子	2位	吉川 翔太	3位	原 達也
400mリレー女子		1位	大豊町中学校		

走り高跳び3年女子は42年ぶりに、1年女子800mは16年ぶりに記録が塗り替えられました！ 皆さんおめでとうございます！

走った！
跳んだ！

第64回 嶺北地区中学校陸上記録会

11月12日、土佐町中学校で第64回嶺北地区中学校陸上記録会が行われました。
今回2種目の大会新記録が出ました！
結果は次のとおりです。



交通安全ニュース

本山署交通課アドバイザー 上池 ☎76-0110
香美署交通課アドバイザー 坂本 ☎52-0110

交通安全意識の向上に…「交通安全スクール in 大豊」実施報告

11月5日(土)に大豊町中学校で、にぎやかに交通安全イベントが行われました。

あいにくのお天気でしたが、「エアバッグ衝撃体験」での想定外の大きな音にびっくりしたり、パトカー、白バイに試乗して、記念写真をパチリ。

三重県からは、本田技研の講師をお招きし、高齢者の事故防止の講話を楽しみながら聞くことができました。

帰りには、老人クラブ長寿会のご厚意による紅白のお餅をいただくなど、開催にあたり多くの方々のご協力を賜りましたことに感謝申し上げます。



年末年始の交通安全運動

12月10日(土)～
平成24年1月9日(月)
運動の重点

1. 子どもと高齢者の交通事故防止
2. 飲酒・暴走運転の根絶
3. 自転車の安全利用の促進

年末の何かと慌ただしい季節になりました。
飲酒の機会も多くなるこの時期は、交通事故の多発が心配されます。

こんなときこそ、
*心と時間に余裕を持った運転
*飲んだら乗らない、乗るなら飲まない
を徹底し、交通事故を防ぎましょう。



香美署管内連絡便

高齢者交通安全教室開催の募集!!

香美署では、各地区のミニデイや老人クラブの集まりに参加させていただき、「出前式交通安全教室」を実施しています。少人数でもかまいませんので、お気軽にご連絡ください。連絡先 香美署交通課 ☎0887-52-0110

待ち合わせや荷物の積み下ろしのための駐停車の際にはアイドリングをやめましょう