

柏屋南部消防組合の消防職員を次のとおり募集します。

▼募集職種 消防史員

▼職務 消火、救助、救急活動ならびに火災予防などの消防行政に関する職務全般

**柏屋南部消防組合
消防職員 募集**



柏屋南部消防本部

- ① 性犯罪 1件
- ② 空き巣 1件
- ③ オートバイ盗 3件
- ④ 自転車盗 3件

平成30年5月の
身近な犯罪発生件数 8件



柏屋警察署

❗不審者に注意!
○できるだけ明るい道を通りま
しょう。



○防犯ブザーを携帯しましょう。

○大きな声で周囲の人に知らせ
ましょう。



「不審だな」と思ったなら、すぐに
110番通報してください。

柏屋警察署
0303-0110

- ▼採用予定人数 4人程度
- ▼申込受付期間 8月1日(水)～31日(金)
- ▼受験資格
 - ・平成5年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人
 - ・高等学校以上を卒業した人
 - ・平成31年3月卒業見込者を含む)もしくは、学校教育法による高等学校以上を卒業した人と同等以上の学力がある人
- ※ただし、左記①②に該当する人は受験できません。

- ▼試験日 10月14日(日)
- ▼試験会場 柏屋中部消防署(柏屋町大字上大隈55の1)
- ▼柏屋南部消防組合消防本部 総務課
0305-5111
ホームページ
<http://www.kasyanambu-shobo.jp>



**わくわく
デイサロン** 8/16～9/15

65歳を過ぎたら介護予防を始めませんか。
初めての人大歓迎!

- 22日(水) 陶芸 ※定員25人
講師 光安 逸子 先生
自己負担金 500円
- 24日(金) フラワーアレンジメント ※定員50人
講師 花ののぐちスタッフ
自己負担金 700円
- 29日(水) 運動教室 ※定員20人
講師 正信会水戸病院 職員
自己負担金 なし
- 31日(金) わくわくミュージック(鍵盤ハーモニカ) ※定員30人
講師 高間 美奈湖 先生
自己負担金 初回のみ345円

▶日 時 水曜・金曜
9時50分～11時20分

▶場 所 地域活性化センター(オイコス)

▶申込資格 65歳以上で町内に住所を有し、要介護認定を受けていない人

▶問 健康福祉課 ☎932-1493(ダイヤルイン)
☎932-1151(内線125)

- 5日(水) ケアピクス ※定員30人
講師 林崎 万里子 先生
自己負担金 なし
- 7日(金) 押し花 ※定員50人
講師 松本 浩美 先生
自己負担金 500円
- 12日(水) ほのほの体操 ※定員30人
講師 高濱 弥生 先生
自己負担金 なし
- 14日(金) 園芸 ※定員50人
講師 花ののぐちスタッフ
自己負担金 700円

■主な酒類の換算の目安

お酒の種類	アルコール度数	純アルコール量
ビール(中瓶1本500ml)	5%	20g
清酒(1合180ml)	15%	22g
ウイスキー・ブランデー(ダブル60ml)	43%	20g
焼酎(25度)(1合180ml)	25%	36g
ワイン(1杯120ml)	12%	12g

皆さんこんにちは、すえ子です。
今月のテーマは、飲酒。
「酒は百薬の長」と言いますが、過度の飲酒は体にさまざまな影響を及ぼします。お酒を飲むときは、「適正飲酒」が大切なんですよ!

飲酒の適正な量とは?
生活習慣病のリスクを高める飲酒量とは、1日平均純アルコール摂取量が、男性で40g以上、女性で20g以上と定義されています。飲酒をするときは、この量を超えないように飲むとよいでしょう。
(須恵町健康増進計画より)



適正飲酒のコツをいくつか紹介!

- ① 食事と一緒にゆつくりと
空腹時に飲んだり、一気に飲みをしたらすると、酔いが回りやすくなります。食事をしながら、談話しながら、少しずつゆつくりと飲むことがおすすめです。
- ② NO! 寝酒!
寝酒は、眠るまでの時間を短縮しても、睡眠を浅くするんです。
- ③ 週に2日は休肝日
飲酒をすると、肝臓でアルコールが分解されるとともに、胃や腸など消化管の粘膜が荒れてしまいます。これらの臓器修復のため、週に2日は飲酒をしない休肝日を作ってみては?
- ④ 定期的に健診を
健診を受けて、肝機能など、自分の体を定期的にチェックしましょう。

飲酒量とともに、これらのコツも心掛けてみてくださいね。

健康福祉課
☎687-1530
(ダイヤルイン)



須恵町商工会

※その他、詳しくは、申込用紙に記載の大会要領をご確認ください。

第17回チャリティーゴルフ大会 参加者募集

今年も、須恵町商工会主催のチャリティーゴルフ大会を開催します。協賛金の一部は、須恵町社会福祉協議会、地元福祉団体などへ寄付します。皆さんからの、多くの申し込みをお待ちしています。

▼日にち 10月3日(水)

▼場 所 筑紫野カントリークラブ

▼参加資格 商工会会員およびチャリティー賛同者

▼申込方法 須恵町商工会備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、提出してください。

▼申込締切 8月31日(金)まで 先着順



須恵軽トラ市「農ついで」商(の)らび(び)「開催」!

今年度第1回目の須恵軽トラ市(の)らび(び)を開催します。農産物、乾物、手作り雑貨、衣料品など、軽トラや乗用車を店舗に見立てたお店が、町内外から多数出店します。

ぜひ、ご来場ください。

▼日 時 8月19日(日)
9時～13時 雨天決行

▼場 所 アザレアホール須恵裏駐車場

新企画!
氷柱イベント開催!

今年は新たに、氷柱イベントを開催します。

8月19日(日)は、スーパーホールを巨大な氷に閉じ込め、手で溶かしながら中のボールを取り出す、氷柱の展示を行います。

お楽しみをはじめ、皆さんに楽しんでいただける、参加型のイベントとなっています。