

# 豊浜交流センターだより

発行：豊浜交流センター  
 (豊浜地域づくり協議会事務局)  
 〒437-1202 磐田市豊浜2921-1  
 TEL: 0538-30-6628  
 FAX: 0538-30-6627  
 ☒ toyohama-koryu@circus.ocn.ne.jp

## 「中学生以上全住民 アンケート調査」に ご協力をお願いします！

- ◎スケジュール
- 8月 自治会を通じてアンケートを配布
  - 9月末 アンケートを回収
  - 10月～1月 集計・分析・報告書作成  
(随時、状況を速報でお知らせします)
  - 2月 報告会を開催

豊浜地域づくり協議会では、より住みやすい豊浜地区にするため、住民の思いや現状を知るためのアンケート調査を行います。

対象は豊浜地区にお住まいの、今年4月時点で中学生以上の全員です。(1世帯1回答ではなく1人1回答です)

アンケート結果は今後の自治会や協議会の活動に反映させていきます。ご協力をお願いいたします。

7月1日にアンケート調査のお知らせのチラシを全戸配布しましたので、そちらの文書も併せてご覧ください。

※ アンケート調査の実施にあたっては、各地でコミュニティづくりのサポートをしている団体『里山くらしLABO』に協力をお願いしています。

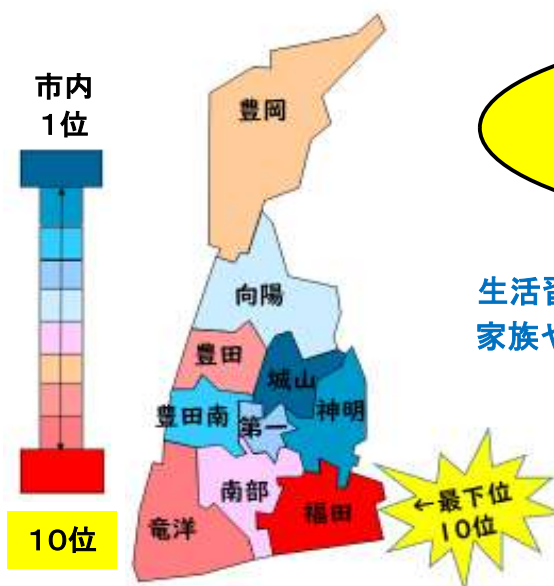
なお、アンケート調査にかかる費用は磐田市から全額交付されます。

知っていますか？ 今、福田地区の健康度がピンチです!!

## 福田地区を元気な街に！

男性 = メタボ・脂質異常・糖尿病・喫煙  
 女性 = 肥満・高血圧・喫煙

これらの項目で、福田地区が市内10地区中で**最下位**です！



生活習慣病は症状がない間にも進行して、命に関わる場合があります...  
 家族や友人と、できることから始めてみませんか？

### 元気アップのポイント

- ◎体に良いことに取り組んでみる(ながら運動・減塩・節酒など)
- ◎気になる項目について相談する(医師・市の栄養士・保健師等)  
 ※交流センターから市の保健師・栄養士を紹介してもらえます
- ◎1年に1回、健康診断を受ける

中学校区別 健診結果総合ランキング

令和元年度の特定健康診査より

健診・健康相談の申込&問合せ先: 磐田市健康増進課 0538-37-201

# 環境美化活動お疲れ様でした！

～わたしたちの豊浜をいつも美しく住みよいまちに～



## 講座案内

講座の受講者を募集します。申し込みは電話（TEL30-6628）でお受けします。  
※窓口での申し込みはできません。

### 「ボッチャ」体験

パラリンピックで身近になったボッチャを体験してみよう。初心者でもすぐにでき、ゲーム感覚で楽しめます。

日時：8月6日（土）9:30～11:30  
定員：20人  
費用：100円（受講料）  
持ち物：水分補給用の飲み物  
その他：運動ができる服装  
申込み：7月16日（土）9:00～



### 【全2回】モビリティバンドで体操

モビリティバンドを使ったストレッチ・筋力トレーニングです。3つの輪っかがあるバンドで開く・伸ばす・ひねるのエクササイズ。腰痛・肩こり・姿勢改善で快適に過ごしましょう。

日時：8月17・31日（水）10:00～11:00  
定員：大人15人  
費用：200円（受講料）  
持ち物：ヨガマット  
（なければバスタオル）  
その他：運動ができる服装  
申込み：7月20日（水）9:00～



### 発酵調味料を知ろう② あまざけ

夏バテ予防効果や免疫力を高める効果があるといわれる甘酒。生麴とご飯で作るレシピと、野菜やフルーツとのヘルシースムージーやお料理を学びます。

日時：8月27日（土）9:30～12:00  
定員：大人8人  
費用：900円（受講料・材料費）  
持ち物：タッパー、保冷剤、エプロン、マスク  
三角きん、ふきん  
手拭きタオル、筆記用具  
申込み：7月30日（土）9:00～



## 豊浜地域づくり協議会 豊浜交流センター

## 主な行事等（7/1～7/31）

7/3(日)豊浜地域づくり協議会役員会  
9:00～ 豊浜交流センター

7/26(火)福田地区地域づくり協議会連絡会  
13:30～ 福田中央交流センター

7/10(日)参議院議員選挙  
7:00～ 20:00 (第27投票区投票所 豊浜交流センター)

7/29(金)講座「夏休み親子講座“お茶博士になろう”」  
9:30～ 豊浜交流センター

7/11(月)夏の交通安全県民運動街頭キャンペーン  
7:15～ 豊浜橋東交差点

7/16(土)豊浜地区夜間一斉防犯パトロール  
19:30～ 各自治会公民館集合

7/23(土)講座「お洒落なおやつ“葛まんじゅう”」  
9:30～ 豊浜交流センター

夏の交通安全県民運動  
(7/11～7/20)

安全を つなげて広げて 事故ゼロへ