

いきいき広場 高齢者の健康づくり・交流会などのイベント

施設	内容	日時	その他
北部地域包括支援センター (北部高齢者支援センター) <日吉台4-6-14> 申込 ☎ (36) 7725	絵手紙教室	6月3・17日(水) 10:00～12:00	場所 北部地域包括支援センター 費用 1回500円
	北部健康教室 (①マッサージの良さを生かした健康体操/②勉強会「お口の健康について考えよう!」) (要予約)	6月12日(金) ①10:00～ ②11:00～	場所 北部コミュニティセンター2階 小ホール 定員 30人 申込期限 10日(水)まで
	にこにこ談笑会 (認知症や介護について語り合しましょう)	6月22日(月) 10:00～12:00	場所 きはるカフェ 費用 330円～(飲み物代など)
中部東地域包括支援センター (東部高齢者支援センター) 福祉センター内<七栄653-2> 申込 ☎ (29) 4110	ケアカフェ菜の花 (介護や認知症のことも話せるおしゃべり会) (Zoom参加可)	6月16日(火) 13:30～15:00	場所 中部ふれあいセンター 定員 会場参加20人
	シニアちょこっと勉強会 (健康寿命を延ばそう「フレイル予防」) (Zoom参加可)	6月23日(火) 10:00～11:00	場所 中部ふれあいセンター 定員 会場参加20人
	オンライン Zoom のミーティング ID「272 687 0941」	ガジュマル農園 (野菜の栽培、畑の整備)	毎週月曜日 9:30～12:00
中部西地域包括支援センター (西部高齢者支援センター) 福祉センター内<七栄653-2> 申込 ☎ (92) 2776	未廣ちよきん体操 (Zoom参加可・未廣農場に参加でポイント貯まる!)	毎週金曜日 10:00～11:00	場所 未廣農場 定員 会場参加25人 パスワード chokin
	ケアカフェかよう倶楽部	6月2日(火) 13:30～15:00	場所 ななほし富里内 The Lounge
	みんなで一緒に歩こう会	6月17日(水) 9:15～	場所 富里ふるさと自然公園 ※雨天中止
南部地域包括支援センター (南部高齢者支援センター) <立沢新田192-16> 申込 ☎ (90) 6331	さとしくん健康ちよきん体操	毎週月曜日 1部 9:30～10:15 2部 10:30～11:15 毎週木曜日 10:00～11:45	場所 福祉センター2階 大会議室 定員 各回30人(見学可)
	スマホで遊ぼう!! (スマホの使い方を包括職員が教えます) (要予約)	6月11日(木) 13:30～15:00	場所 南部地域包括支援センター

※詳しくは、各施設・団体に問い合わせてください。

消費生活
相談コラム

電子レンジによる事故を防止！使い方を再チェックしませんか？

【相談事例】

- 電子レンジで冷凍食品のピラフを温めていたら、袋の端が燃え出した。
- 電子レンジの加熱し過ぎでサツマイモから発火したが、ドアを開けずに鎮火を待った。
- パッケージに記載されたとおりにレトルト食品を温めず、レンジ内で発火した。

【アドバイス】

- パッケージやレシピに記載された加熱時間を目安に、使用しましょう。
- 容器によっては電子レンジで使用できないものもあります。また、加熱モード(レンジ・オープン・グリル)により、種類も変わるため、取扱説明書をよく確認しましょう。
- こまめに庫内の手入れを行い、庫内は清潔な状態を保ちましょう。
- 万が一、庫内で発煙・発火したときは、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう。

※独立行政法人国民生活センターの発表情報に基づいて掲載しています。

問 消費生活センター ☎ (93) 5348

