ふれあいサロン「健康教室」盛況

第2回ふれあいサロン8月26日(日)午前10時から自治会館ホールで開きました。　はじめに臨床心理士 小林丈真様の「心の疲労と病、元気への対応について」お話を頂き「うつ病は男性より女性に多いが状況と早期発見で治る。自己診断で薬や治療を止めないこと」などの話に、参加者およそ60人が熱心に聞き入っていました。続いて保健師 北渕明美様の指導で「頭と身体の軽い体操」を行いました。

※ 次回は10月17日(水)10：00～
「一人暮らしの方々の食事会」をテーマに自治会館で開催いたします。

* * *

ゴミの出し間違いにご注意を！！

曜日と種類
出す前に再度チェック

ゴミは正しく分別して決められた日の午前８時３０分までに出しましょう。

可燃ゴミ　毎週火曜日と金曜日　リサイクルプラ　毎週木曜日
その他プラ　第１・第３月曜日　不燃ゴミ　第２・第４水曜日
資源ゴミ・有害ゴミ　第２・第４月曜日
大型ゴミ　月2回（有料；３日前までに予約が必要　TEL544-5300）

※
- 各戸の指定された場所以外には出さないでください。
- 生ゴミは、よく水を切って新聞紙などに包んで、丈夫な紙袋に入れて出して下さい。
- 食品の容器は、洗うなどして付着物を取り除いて、中身が見える透明または半透明のビニール袋に入れて出して下さい。
- **間違えて出すと収集されません。**

* * *

≪お知らせ＆お願い≫

口田東学区健康ウオーク

10月8日(体育の日)8：30受付開始　9：00開会式
集合場所は口田東小学校グラウンド
コースは３㎞、４㎞、６㎞の３コースで実施

第10回はすが丘交歓グラウンドゴルフ大会

11月11日(日)9：00受付開始　9：30開会　（雨天の場合は、11月18日(日)に延期）
開催場所は口田東小学校グラウンド
詳細は別途ご案内いたします。

赤い羽根共同募金のお願い

広島市共同募金会より10月1日～12月31日実施の募金依頼がありました。
寄せられた浄財は地域の福祉活動などに使われます。
組長さんが伺いますので、任意の募金にご協力をお願いします。