


1月 渡公民館便り



出張マイナンバーカード申請 in 渡公民館

健康保険証になることが決定したマイナンバーカードが公民館で申請できます! しかも、郵送で自宅に届きます!この機会をお見逃しなく!

■日時: 令和5年1月24日(火) 10:00~13:00

■場所: 渡公民館2階 学習室 I

■料金: 無料(写真も撮影しますので大丈夫!)

■持ち物:

①国から郵送された申請書

②個人番号通知カード(薄緑色の紙のカード)

※顔写真付きの証明書がない場合はできるだけお持ちください

③本人確認のための証明書

●1点でよいもの(官公署が発行した顔写真付き証明書)

例) 運転免許証、運転経歴証明書、パスポート、身体障がい者手帳 など

●2点必要なもの(官公署が発行した顔写真がない証明書)

例) 健康保険証、介護保険証、年金手帳、特別医療費受給資格証、学生証 など

※申請してからカードができるまで1か月ほどかかります。できたカードは郵送されますので、市役所に足を運ぶ必要がありません!

旧年中は公民館活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。

新型コロナウイルスの影響が続いている中で二年間開催を見送っておりました「渡公民館まつり」を、十月に実行させていただきました。ただ、恒例の「浜なべ」を振る舞うことができなかったのが残念でなりません。皆様のおかげで無事に終了できました事をお礼申し上げます。

また多くの講座・サークル活動等も三密を避け、部屋の換気・消毒を行いながら実施していただきました。

本年も徐々にではありますが公民館の基本である「集い・ふれあい・学びあい」の場として、さらに果たすべき役割を考えながら前に進んで行けたらと思っております。

皆さんが笑顔で来館していただけるよう、お待ちしております。

本年もよろしくお願いたします。

渡公民館職員一同

あけまして
おめでとうございます



今月の公民館講座

★「百歳体操」 年始は1月5日(木)から行います。

平日 午前9時~9時30分

★「ふるさと渡の歴史再発見学習講座(第5回)」

1月19日(木) 午前10時~

★「音読教室」 1月27日(金) 午前10時~

※公民館講座及び社会教育講座は、新型コロナウイルスの感染状況により、延期あるいは中止する場合があります。

🧘 ストレッチサークルの参加者を募集します 🧘

毎週月曜 10時から、30分プログラムを2回実施。講師なし。音楽に合わせ、60歳代から80歳代がそれぞれ出来る範囲で、ゆっくりと体を伸ばしています。月1回でも、何回でも自分の都合で参加可能。お試し参加も大歓迎です。

問い合わせ : 渡公民館 (TEL45-0903)

1月の「あいさつ運動の日」

◎渡小学校 : 1月16日(月)

◎第三中学校 : 1月10日(火)

第三中学校区コミュニティ・スクール スローガン

「あいさつの響き合う地域・学校・家庭づくり」

「境港市民図書館 渡分館」を開設しています

★地域の皆様、是非お立ち寄りください。

◇館内ではご自由にご覧ください。

◇貸し出し方法については公民館職員にお尋ねください。



★裏面もあります

「乳がん検診車」が渡公民館に来ます!

あなたとあなたの大切な人のため、みんなで声をかけあい受診してください。

◆日 時: 2月2日(木) 13:30~15:30

◆場 所: 渡公民館 別館

完全予約制のため、Webか電話でのご予約をお願いします。

◆対象者: 40歳以上の市民(女性)

◆持ち物: がん検診受診券

◆予約先・問い合わせ先:

市役所健康推進課 (TEL 47-1042・1043)

○Web 予約はこちら

○電話予約はこちら



市役所健康推進課

47-1042 または

47-1043 まで

~1月の防犯パトロール予定~

17・24(火曜日)

午後6時15分~

自転車で渡公民館集合です!

◎雨天(小雨時)は中止します。

※青少年育成境港市民会議渡地区部会



◆公民館講座やイベントなどで撮影した写真を、公民館便りやホームページに掲載させて頂く事があります。あらかじめご了承ください。

境港市健康まつり

～With コロナの今だからこそ 聞いて！話して！関心をもって！みんなでメンタルヘルスケア～

◎と き：1月28日（土）～2月10日（日） 9時～16時30分（土日は9時～正午）

◎と ころ：境港市保健相談センター、境港市民図書館

◎内 容：【講演会】日時：1月29日（日）10：00～11：30

会場：保健相談センター ※オンライン（zoom）でも同時開催

講師：田中 紀子氏（公益社団法人ギャンブル依存問題を考える会代表）

森 拓氏（米子病院精神科医師）

内容：「知っていますか？依存症 ～家族や私たちにできること～」

※（要予約）×切 1月23日（月） 定員 50人

★同時にバザーや食べ物の販売、展示も行っています

【健康測定】 1月29日（日）9：00～12：00 頃

1.血管年齢測定

2.栄養相談、ベジチェック（手のひらで日頃の野菜摂取推定量を測定します）

3.簡単にできるフレイルチェック

※血管年齢測定のみ予約必要（×切 1月23日（月） 定員 50人）

※このほかに「展示作品」へ応募された方や「健康チャレンジ」に参加された方、「講演会」、「健康測定」に参加された方などに記念品をお渡しします。

※記念品は、ご本人が健康推進課窓口へとりにきてください。

（詳しい内容については、ポスター・チラシ・市ホームページ・市報1月号にてご確認ください。）

◎ご予約・お問い合わせ先

境港市役所健康推進課 TEL：0857-47-1042、1043



渡地区社会福祉協議会だより

2023年

あけましておめでとうございます

今年は引き続きウィズコロナということで感染予防対策を十分とりながら、いろいろな事業が実施できますように祈っています。関係の役員様には心配をお掛けしますが、どうか地区の皆が幸せに暮らせるまち“安心・安全なまち”づくりを目指して活動して行けますようお力添えを宜しくお願いいたします。

『共助』はまず、近所との対面での挨拶に始まり、各人が出来る力を出し合い、助けられたり 助けたり、お互いに支え合えるまちにして行きましょう。 “渡に住んでよかった そんなまちに”

1月のほのぼのマーケット(移動販売)

11日、18日、25日です。

4区や11区の方に限らず、どなたでもご利用いただけます

ふれあいの家

今のところ食事を挟まない2時間以内の活動でお願いします。くれぐれも感染予防対策は十分とってください。バス遠足を4月に考えておられる区は、1月に予約をしますのご準備ください。

食事サービス

1月の予定はありません



文責 松本幸永

【境港警察署からのお知らせ】

電子マネーを購入させる詐欺に御用心

コンビニエンスストアなどで販売されている「電子マネーカード」を購入させる特殊詐欺が多く発生しています。

「コンビニで電子マネーを買え」と言われたら詐欺です！

代表的な手口は以下のとおりです。絶対にだまされないようにしましょう。

- パソコンでインターネットを利用中、「ウイルスが入っている」といった警告画面が出てパソコンが動かなくなり、表示された連絡先の番号に電話すると、片言の日本語を話す者からウイルス駆除代金として数万円分の電子マネーカードをコンビニで買うように言われた。
- 携帯電話に「〇億円を融資します。」「〇億円が当選しました。」などといったメールが送られてきて、お金の受け取りに必要な手数料として、数千円から数万円分の電子マネーカードを買うように言われた。
- 携帯電話に「NTT ファイナンス」や「アマゾン」などの実在する企業名で、「未納料金が発生しています。」というメールが来て、連絡先の番号に電話すると、担当者を名乗る者から「有料サイトに登録されていて、利用料金〇万円が未納になっている。」「今日までに支払いをすれば90%を返金する。」などと言われ、コンビニの電子マネーカードを買って支払うように指示された。

