

CATVから重要なお知らせ

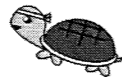
老朽化したケーブルテレビ伝送路設備を更新するため、下記日程で作業を実施します。作業時間帯においては、当該町内全部または一部でテレビ・インターネット・IP電話等、各種サービスのご利用ができなくなります。

作業日時	8時30分～10時30分	10時30分～12時	13時00分～14時30分
11月7日(月)	徳沢・長坂	—	及位・長坂・葛岡
11月8日(火)	葛岡・的場・板井沢	平岫・新田・見岫	朴沢・的場・板井沢
11月9日(水)	代内・見岫	大小屋・軽井沢	新田・板井沢・芦刈 小栗山・岩野目沢
11月10日(木)	檜淵・小増沢・立寄	羽広・滝	小増沢・小羽広・滝
11月11日(金)	岩野目沢・檜淵	—	—

大変ご不便をおかけしますが御理解と御協力をお願いいたします。
【問い合わせ先】 CATVセンター TEL65-3722



インターバル速歩教室 参加者募集!



インターバル速歩は、「ゆっくり歩き」と「はや歩き」を交互におこなうウォーキング方法で、「年齢や体力に関係なく」「手軽に始める」ことができます。

- ・「筋力」と「体力」の向上
- ・血圧・血糖値の改善
- ・うつや体の痛みの改善
- ・運動後に牛乳を飲むことで、筋力アップと熱中症予防などの効果があります。

初めての方、すでにインターバル速歩に取り組まれている方、どなたでもご参加できます。みなさんお誘い合わせの上、ご参加ください。

日時 11月22日(火) 午前10時～11時 (受付: 午前9時30分～)

会場 市総合体育館

持ち物 動きやすい服装、室内用靴、タオル、水分補給用の飲み物

- お願い
- ①参加当日に自宅で体温を測ってきてください。
 - ②風邪症状や熱のある方、体調不良の方は参加できません。
 - ③運動中以外は、マスクの着用をお願いします。

募集人員 20名 / 申し込み締切 11月21日(月)まで 参加料無料

【申し込み・問い合わせ先】 市民サービス課市民福祉班 TEL65-2810

赤十字防災セミナーのご案内 (参加者募集)

いつ、どこで発生するか予想できない災害。いざというときに慌てないよう、災害が起きた時の備えや心構えなど、いのちを守る方法を学んでみませんか。お誘い合わせのうえご参加ください。

日時 11月25日(金) 午後1時～3時 (受付: 午後0時45分～)

会場 大内公民館

講師 日本赤十字社秋田支部 菊地 雄大氏

内容 テーマ: 「備えあれば憂いなし～知って得する災害時への準備」

主催 由利本荘市食生活改善推進協議会大内支部

募集定員 先着25名 / 申し込み締切 11月21日(月)まで 参加料無料

【申し込み・問い合わせ先】 市民サービス課市民福祉班 TEL65-2810



総合支所だより
おおうち

第311号
R4.11.1
発行: 市民サービス課

主な内容

- ・CATVセンターからの重要なお知らせ
- ・インターバル速歩教室参加者募集!
- ・赤十字防災セミナーのご案内

令和4年11月

駐在所だより

夕暮れ時と夜間の交通事故防止

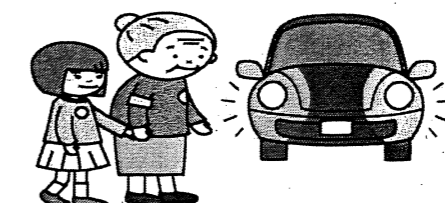


犯罪被害者週間

11/25から12/1は「犯罪被害者週間」です。犯罪や交通事故の被害に遭われた方やそのご家族・ご遺族が被害から回復し、再び平穩に暮らすためには、地域の皆様の理解と配慮、協力が必要となります。誰もが、ある日突然、犯罪や交通事故の被害者となる可能性があります。この機会に犯罪被害者等の思いに触れてみませんか。

「夜道の道 あなたを守る 反射材」
県内では、依然として高齢者が関係する交通事故が相次いでいます。特に、夕暮れ時から夜間にかけては十分気を付けましょう。

《歩行者の方へ》
★ 夕暮れから夜間にかけて外出する時は、明るい色の服装と反射材を着用しましょう。
★ 必ず左右の安全確認をして道路を横断しましょう。



配偶者等からの暴力、性犯罪、ストーカー行為、売買春、セクシユアル・ハラスメントや人身取引等、女性に対する暴力

女性に対する暴力をなくす運動

「横断歩道の安全な渡り方」に関するQRコードです。是非、御覧ください。

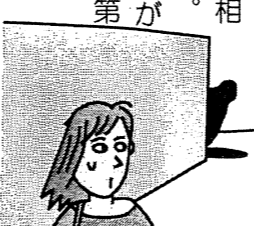


許すな児童虐待

児童虐待は、自分を守ってくれるはずの親などからの理不尽な仕打ちであり、よりどころのない気持ちは、将来にわたり心に消えない傷を持ち続けることとなります。「もしや虐待?」と思ったときは警察までお知らせください。



は決して許される行為ではありません。十一月十二日から十一月二十日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。被害にあった場合は、一人で深刻になる前に警察や相談機関に相談しましょう。早めの相談が問題解決への第一歩です。



STOP! 空き巣被害
近時、由利本荘市内で空き巣を対象とした空き巣の被害が発生しています。地域で普段見かけない不審な行動をしている人を見かけた時は警察にご連絡ください。一人一人が防犯意識を高め、被害に遭わないように注意しましょう。



捜査協力
指名手配被疑者は、日常生活に紛れて逃走を続けており、もしかしら皆さんの近くに潜んでいるかも知れません。是非、最寄りの交番・駐在所等の掲示板や全国警察のホームページ等を御覧いただき、指名手配被疑者に関する情報をお寄せください。



広報
おおうち

11月号
発行
大内駐在所
65-2209
大内東駐在所
66-2012