

千歳コミュニティセンター 主催事業

◎申し込み不要です

と き **8月26日(水)** 午後1時30分～3時30分

ところ 千歳コミュニティセンター 多目的ホール

山形市消費者アドバイザー
劇団おとめ座

寸劇「詐欺被害に
遭わないために」

山形市市民課交通安全係

「交通安全教室」



どうしよう?

マスク
してきてね♪



持ち物 筆記用具、水分補給のための飲み物、タオル、マスク

※ なお新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる場合があります。

コミセンからのお知らせ

現在、多目的ホール・事務室屋上の防水シート及び採光部の改修工事が、9月までの予定で行われています。

利用者の皆様には、振動、有機溶剤による匂い等があり、何かとご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

今月の使用調整会は**8月26日(水)**です。

注) 25日はコミセンが健診会場なので、26日に変更になります。
午前8時40分～午前9時までに受付を済ませてください。

午前9時を過ぎると調整会に参加できません。翌月の1日以降に申請して下さい。

※なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる場合があります。



山形地区交通安全協会 千歳ブロック
千歳学区交通安全推進協議会 よりお知らせ



自転車保険の加入義務化

令和2年7月1日から

☆交通ルール、マナーは守られていますか？

自転車は車両の仲間です！車両の運転者として交通ルールをしっかり守りましょう！

☆自転車保険等に加入していますか？

自転車による交通事故で相手方を死傷させてしまい、高額な賠償請求を命じられる事例が発生しています。そのような万が一の事故への備えとして、令和2年7月1日より自転車保険等への加入が義務付けられました。自転車保険等に加入しているか確認し、加入していない方は必ず加入してください。

～千歳コミセンでの 集団健診のお知らせ～

千歳コミセンにおける集団健康診断は…

- ◆8月17日(月)～21日(金)・24日(月)～25日(火)
- ◆受付時間 8時～9時(千歳コミセンは7時30分に開館します)

なお、混雑が予想されますので、徒歩や自転車、送迎などのご協力をお願いいたします。

【問合せ先】

山形市保健所 成人保健係 Tel:616-7272



中止になるコミセン事業



- ☆夏休み自由教室(小学生対象)
 - ☆少年ふれあい事業(小学生対象)
- 楽しみにしてくれていた皆さん、今回はコロナ感染拡大防止のため、中止となりました。

8月の主な行事

- 17～21日、24～25日 千歳地区集団健診
- 26日(水) おとめ座寸劇&交通安全教室
- 31日(月) 山形市健康づくり運動普及推進協議会による「千歳コミセン体操教室」



～山形市から発信する防災に関する情報を追加しました～

7月10日から、山形市防災情報メールマガジン、山形市防災対策課ツイッター、山形市公式フェイスブック、山形市ライン公式アカウントで発信する防災に関する情報を次のとおり追加しましたので、ぜひご利用ください。

- 1 気象庁で、山形市を対象に発表した次の警報、特別警報を発信します。
大雨警報、洪水警報、大雪警報、暴風警報、暴風雪警報、大雨特別警報、暴風特別警報、暴風雪特別警報、大雪特別警報
- 2 気象庁で、山形市を対象に発表した次の震度情報を発信します。
震度4、震度5弱、震度5強、震度6弱、震度6強、震度7
- 3 Jアラート情報を発信します。
弾道ミサイル発射情報、噴火警報、土砂災害警戒情報 等

なお、山形市防災情報メールマガジンについては、登録いただく必要がありますので、ぜひ登録フォームよりご登録ください。なお、既に登録いただいている方は、改めて登録する必要はございません。

【山形市防災情報メールマガジン登録解除フォーム】

・パソコン、スマートフォンの場合はこちらから

<https://plus.sugumail.com/usr/yamagata-city>

・ガラケーの場合はこちらから

<https://m.sugumail.com/m/yamagata-city>



【山形市防災対策課ツイッター】

・ご確認はこちらから

<https://twitter.com/yamagatabousai>

【山形市 LINE 公式アカウント】

・友達登録はこちらから

<https://lin.ee/qhgJqMu>



生活機能の低下を予防しよう～8月編～

「新しい生活様式」を取り入れての日々の活動でも健康を維持するためには、「運動」「栄養」「口腔ケア」「人との交流」がポイントです。今回は「人との交流」についてご紹介します。

～人との交流を楽しもう～

ちょっとした外出も社会参加です

- 外出してちょっとした**あいさつ**や**会話**をする
と、頭や体を使うよい機会になります。
- 感染症対策をしながら**買い物**や**通院**、**近所への散歩**など、**用事**を作って外出しましょう。

家族や身近な人たちとの交流を

- 知人や友人と積極的に**手紙**や**電話**で交流しましょう。刺激を受け、身体活動も増えるため、心身が活性化します。
- 家族と**意識してあいさつ**や**会話**をするのもおすすめです。

家庭での役割も大切

- 家庭での**犬や猫などのペットの世話**、**家の掃除**、**花の水やり**などの**仕事**や**役割**を担うことでも、家族との共通の話題が広がります。

～身近に相談できる人をつくりましょう～

家族や友人との支え合い

- 買い物や移動、体調が悪い時等、困った時に相談できる人にあらかじめお願いしておきましょう。実際に頼ることがなくても、安心感から心が穏やかになり、気分が落ち込みにくくなります。

- 近くに相談できる人がいない場合は、**地域包括支援センター**や**市役所**などに相談しましょう。

(参考) 東京法規出版『元気シニアの10のポイント “フレイルチェック”ではじめる健康づくり』



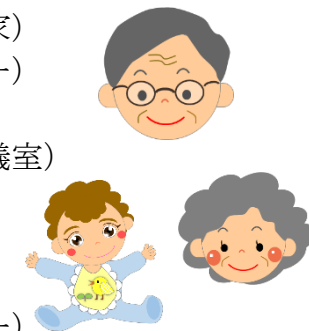
【山形市 長寿支援課 予防推進係 (内線567・568)】

千歳地区社会福祉協議会よりお知らせ

千歳地区社会福祉協議会事業中止について

新型コロナウイルス感染症の現況に鑑み、感染症防止優先の視点で、8月につきましても引き続き下記の予定されている事業すべてを**中止**といたしますので、ご理解とご協力をお願い致します。

1. 100歳体操サロン等
 - ①千歳100歳体操千歳コミセンサロン (千歳コミュニティセンター)
 - ②千歳100歳体操長町中央サロン (グループホームつばさ)
 - ③千歳100歳体操ふれあいの家サロン (県立ふれあいの家)
 - ④千歳100歳体操いずみケアサロン (いずみケアセンター)
 - ⑤千歳100歳体操沖ノ原サロン (沖ノ原公民館)
 - ⑥千歳100歳体操済生病院サロン (済生病院南棟1階会議室)
 - ⑦ふれあいサロン輪・話・和 (長町上集会場)
 - ⑧ハッピーサロン (泉町集会場)
 - ⑨ふれあいサロン八朗会 (長町西集会場)
 2. 千歳地区子育てふれあいサロン (千歳コミュニティセンター)
- ※ 再開する際は、別途ご連絡いたします。



山形市消費生活センター情報 2020年8月号

『誰でもできる簡単作業』『スマホで毎日10万円を稼ぐ!』『限定100名』

というSNSの広告を見て、クレジットカードで1万円を決済した。その後、業者から、「もっと儲かるコースがある」と勧誘されて、30万円のコースを契約したが、儲からない。実際は、情報商材を購入したことになる…。

『簡単』『儲かる』と謳っていたのに…
～情報商材のトラブル～

ここが重要ベニ!!

- 情報商材とは、副業や投資等で高額収入を得るためのノウハウ等と称してインターネット等で販売される情報のことです。『誰でも簡単に稼げる』といった広告には、情報商材の販売が目的の場合が多くみられます。
- 情報商材は、購入するまで内容を確認することができないため、購入してみたら広告や説明と違ったというトラブルが絶えません。
- 「簡単に稼げる内容ではない」「事前に説明されたサポートが無い」「返金保証にに応じてくれない」等の苦情や、後から高額なコンサルティング等を契約させられるケースもあります。
- 簡単に儲かる、うまい話はありません。簡単・高収入を強調する広告をうのみにせず、冷静に判断しましょう。
- 困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

山形市消費生活センター

山形市城南町1-1-1 霞城セントラル3階
火～日曜日(月・祝休館)午前9時～午後5時

相談専用電話 023-647-2211

いやや
又は 消費者ホットライン 188