

消防団の団員を募集します！

消防団は「自らの地域は自らで守る」という精神に基づき、消防活動はもとより、水防団として豪雨等の洪水発生時に活動する等、地域防災の重要な役割を担っています。

あなたの参加をお待ちします。

○入団資格…18歳以上で、市内に居住または勤務している健康な人であれば、性別を問わず、入団することができます。

消防団員として必要な知識や技術は、入団してから学びます。

○活動…火災や地震、風水害等の災害発生時には、消防署等と協力しながら、消火活動や避難誘導等の活動を行っています。

また、普段は災害に備えた各種訓練の実施のほか、防火啓発活動、夜警、消防ポンプや装備の点検、水利の点検などを行っています。

■問合せ…総務・地域振興グループ

☎530-2311



体力測定会 参加者募集！

体力測定で
体力年齢を測ってみませんか？

くびき総合スポーツフェスタの期間中（9月25日①～10月3日⑩）に体力測定会を行います。皆さんの参加をお待ちしています。

（当日参加も可能）

○日時…10月2日①午前9時30分～12時

○会場…B&G海洋センター

○内容…▼20歳～64歳①

①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横とび ⑤20mシヤトルラン ⑥立ち幅跳び

▼65歳以上①②③の他、④開眼片足立ち

⑤10m障害物歩行 ⑥6分間歩行

○対象…20歳から79歳までの方

○参加費…無料

■申込み・問合せ…9月28日④までにB&G海洋センター（☎530-2310 ※FAX兼用）へ

（休館日は8月30日）

9月13日の毎週月曜日、

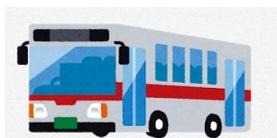
9月21日④・24日⑤・

27日⑩



マイ時刻表を作成します

お申し込みにより自宅最寄りのバス停や駅から、病院など日常的に訪れる場所までの鉄道・バスの路線名や発着時刻、乗車料金などを記載したポケットサイズの個人用時刻表「マイ時刻表」を作成し、お渡します。



■問合せ…交通政策課
☎545-9207

乳幼児健診等日程表

乳幼児健診等の予定をお知らせします。
会場は大湊保健センターです。



月 日	健 診 名	対 象 者
9月1日①	1歳児健診 2歳6か月児健診	令和2年8月生 平成31年2月生
3日⑤	2歳児健診	令和元年8月生
15日①	3歳児健診	平成30年8月生
16日①	離乳食相談会	<初期>令和3年4月生 <中期>令和3年2月生
24日⑤	1歳6か月児健診	令和2年2月生
28日④	3か月児健診	令和3年5月生

※延期または中止等、変更が生じた場合は該当者に個別通知します。

図書館の本を紹介

ユートピアくびき希望館内に併設されている高田図書館頸城分館。毎週、土曜日には新刊本が入ります。

○開館時間…平日午前10時～午後7時、土・日曜日、祝日午前10時～午後6時

○新刊紹介（例）

- ・AIは人類を駆逐するのか？
太田裕朗/著
- ・数字でわかる！こどもSDGs
秋山宏次郎/監修
- ・感染症ってなんだろう？
岡田晴恵/著
- ・おばあちゃんのおうち
はせがわ さとみ/作
- ・丸の内タニタ食堂
タニタ/著
- ・ラクチン★元気幼児食レシピ
ひよこクラブ/編

■問合せ…高田図書館頸城分館
☎530-2360