

絆ノート（エンディングノート） 書き方講座

☎ 高齢介護課地域支援係 ☎95-9890

絆ノート（エンディングノート）とは、誰にでもある心配事、自分に万が一があった時に、残された家族や大切な人が困らないように、葬儀やお墓、供養の方法、相続、各種保険の手続きなどに関する自分の考えを書き残しておくノートです。事務的な内容だけでなく、大切な人へのメッセージを書くこともできます。

書き進める中で、これまでの人生をじっくりと振り返り、これからの楽しく過ごす人生を考えるきっかけとなるノートです。この機会に、絆ノートを書き始めてみませんか。

時 8月2日(月) 13時30分～15時30分

所 市役所 2階談話室2・3

講 榎本さおり氏（第一生命保険(株)相続コンサルタント）

内 ノートの書き方、考え方

対 市内在住の人

定 25人（先着順）

申 7月5日(月)より高齢介護課地域支援係

母子保健推進員養成講習会

☎ 保健センター ☎48-3751

母子保健推進員は、子育てをサポートするボランティアです。赤ちゃんお誕生おめでとう訪問や、赤ちゃんサロンなど、現在35人が活動しています。

赤ちゃんの健やかな成長とお母さんたちを支える活動を、一緒にしませんか。講習会に是非参加してください。講習会の修了後、活動に向けて体験・見学実習を11月～12月に4回程度行います。

日程（全3回/いずれも9時30分～12時）

とき	内容
8月19日(木)	母子保健推進員とは 活動の内容
9月9日(木)	訪問のロールプレイ（演習） 先輩母子保健推進員との交流
10月14日(木)	話の聞き方 まとめ

所 保健センター

対 市内在住で育児経験のある人

定 10人（先着順）

申 7月1日(木)より
保健センター



ホームページID
7116



7月の第4水曜日は

三河湾環境再生推進の日



三河湾も油ヶ淵も閉鎖性水域で、汚染物質が堆積しやすく、家庭からの生活排水が主な原因で汚濁が進んでいます。河川や三河湾の水質をきれいな状態に保つためには、各家庭から調理くずや食べ物の残りは流さないよう水切りネットを使用することや、不要な食品油は流さず、資源として持ち込むか、固めたり紙にしみ込ませたりして燃やすごみとして出すなど毎日の暮らしの中で努める必要があります。

第4日曜日は

油ヶ淵浄化デー

☎ 環境課環境保全係 ☎95-9900

三河湾環境再生推進の日

三河湾流域の市町村などで構成する豊かな海“三河湾”環境再生推進協議会では、海に親しむ機会が多い毎年7月の第4水曜日を豊かな海“三河湾”環境再生推進の日、その日から1週間を豊かな海“三河湾”環境再生推進週間と定め、生活排水対策の呼びかけなどの活動を行っています。市では環境課窓口などで生活排水対策グッズを配布するので、三河湾浄化について考えるきっかけとしてください。

油ヶ淵浄化デー

ウォーキングをしながら油ヶ淵の清掃活動に参加しませんか。私たち一人ひとりが日頃の生活の中で川や湖を汚さないように心がけ、かつての美しい油ヶ淵を取り戻しましょう。

時 7月25日(日)①6時20分～②6時30分～③7時～

所 ①荒子神明社②市民病院東駐車場③油ヶ淵遊園地如光堂、東町内会館

申 不要

※参加者にごみ袋、飲み物、生活排水対策グッズを用意します。