

回 覧									

# うえきこうみんかんだより

第108号  
令和元年6月1日  
植木公民館

熊本市配布文書  
第 1 1 号

## 主催講座のご案内

### 骨盤体操

皆さん、腰の調子はどうですか。  
骨盤による体の歪みを心地よく改善し、体を整える方法を学びます。  
日 時：6/14・21・28（毎金曜）  
19:00～21:00 全3回  
場 所：植木文化センター 多目的ホール  
講 師：B-smile所属インストラクター  
募集対象：20歳以上の方  
20人  
参加費：無料  
**申込み〆切：6/6(木)**



### 子育て応援 マネーセミナー

子どもの教育(進路)や家族の将来、人生をどのように送っていきたいかについて計画を立ててみませんか。目標実現のための将来の計画が作成できるように勉強します。  
日 時：6/25（火）10:30～12:00  
場 所：植木文化センター 研修室  
講 師：磯田 世一先生  
(ファイナンシャルプランナー)  
募集対象：子を持つ保護者  
10人  
参加費：無料  
**申込み〆切：6/18(火)**



### 教養講演会

演 題：「人生100年時代を  
生き抜く脳と体作り」  
自宅介護の経験から、頭と体の健康の重要性を学ばれた講師が、脳トレ体操を交えて講演されます。人生100年時代を楽しく生き抜くヒントがいっぱいです!!  
日 時：6/22(土) 10:00～12:00  
場 所：植木文化センター 多目的ホール  
講 師：林 一子 先生  
(ワンコ塾主宰、脳トレ体操講師)  
募集対象：どなたでも  
**※参加費無料です。直接会場にお出てください。**



### 《主催講座の申込み方法》

○窓口の場合は、はがきを1人1枚持参下さい。  
○郵便の場合は、往復はがきに（講座名・住所・氏名・年代・性別・電話番号）を記入して下さい。  
○熊本市ホームページの場合は、「植木公民館で検索」→「主催講座案内」からも申込み出来ます。

**※応募者多数の場合は抽選となります。**  
○受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談下さい。

## 市民企画講座「スポレクひろばde健康コミュニケーション術」

今まで運動をしていなかった方・少し健康が気になりはじめた方が、運動や健康の大切さについて、楽しく気軽に学べる講座です。専門講師の指導のもと、自分の身体と向き合うことで継続的に健康を実感し、仲間づくりができる、そのような講座が今から始まります。(NPO法人u&uNスポ植木の企画です。)

1. 日時：6/6・20・27・7/11・25・8/8・29・9/12・26・10/10・24  
11/14・28・12/12・26・1/9・23 (毎木曜)、10時～12時 (全17回)
2. 場 所：植木文化センター 多目的ホール
3. 募集対象：60歳以上の方 20人
4. 参加費：1回につき500円 (道具等のレンタル使用料として)
5. 申込み方法：電話申込か直接会場にお越し下さい。  
※お申込、問合せ先 (電話：227-6139) NPO法人u&uNスポ植木事務所まで



## 土砂災害の避難情報について

地域担当 令和元年 (2019年) 6月1日 / 第21号

熊本市では、県の土砂災害危険度情報・降雨量・前兆現象などをもとに、次の3段階に分けて避難情報を発令、お知らせします。早めの避難を心がけてください。

種別	危険度	内容
避難準備情報	低	災害発生の恐れがある場合に発令。 避難または避難の準備を呼びかけるもの。 <b>避難に時間を要する方や支援する方に早めの避難をお願いするもの。</b>
避難勧告		災害発生の恐れまたは被害が発生する場合に発令。居住者に立ち退きを勧め促すもの。
避難指示	高	被害の危険が切迫したときに発令。 「勧告」より拘束力が強くなる。

テレビ・ラジオ等で最新の情報を確認し、早めの行動をお願いします。

地域の行事など広くお知らせしたい情報がありましたら、下記地域担当へご相談ください。  
植木まちづくりセンター 地域担当：古田・宮部・田中・江副・池田  
TEL：096-272-6966 FAX：096-272-6916

## ☆植木文化センター (植木公民館) 6月の休館日のお知らせ

**3日(月)・10日(月)**  
**17日(月)・24日(月)**

※休館日には受付 (公民館・植木文化ホール) と印刷はできません。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

熊本市植木まちづくりセンター 公民館班 (植木文化センター内)

〒861-0195 熊本市北区植木町岩野238-1 TEL:272-6906 FAX:272-6916

E-mail: uekikouminkan@city.kumamoto.lg.jp