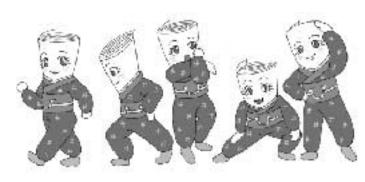
= 心身軽やか運動教室 =

★たっぷりストレッチ★

3月の運動教室はたっぷりストレッチです。

ストレッチに簡単な筋トレも組み合わせて取り組みます。

寒さで縮こまった筋肉をほぐし、体の隅々までリフレッシュしましょう!



日 程 3月1日、8日、15日、22日 (すべて木曜日)

時 間 午後1時30分~3時

会場保健センター

もちもの 運動のできる服装、運動靴(内履き)、 タオル、飲み物

講 師 健康運動指導士 近江 みよ子先生

対 象 おおむね30歳~65歳までの在住 ・在勤者

申込み・問合せ 保健センター **2**82-1557 ※教室当日までにお申込みください。

春の全国火災予防運動 3月1日(木)~7日(水)

備えよう!住宅用火災警報器

全国統一防火標語「火の用心 ことばを形に 習慣に」

【住宅防火 いのちを守る 7つのポイント】 -3つの習慣・4つの対策-

3つの習慣

- ○寝たばこは、絶対やめる。
- ○ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ○ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ○寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎 品を使用する。
- ○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ○お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力 体制をつくる。

※防火ポスター展

村内小学4年生の入選作品です

場 所 東秩父村コミュニティセンター「やまなみ」 1 階展示ホール

展示期間 3月1日(木)~7日(水)開館時間内

問 合 せ 小川消防署 消防課 四72-3565

東秩父村教育委員会 開催のお知らせ

東秩父村教育委員会の会議を下記日程 で開催します。

記

日 時 2月20日(火)午後1時30分から

場 所 役場2階新会議室

問合せ 教育委員会事務局 ☎82-1230

甲種防火管理新規講習会

比企広域消防本部では、消防法に定める 防火管理者の資格を取得するための講習会 を次により開催します。

開催日 2月21日 (水) ~ 22日 (木) の2日間

場 所 比企広域消防本部 講堂 (東松山市上野本1300-1)

費 用 受講費3,650円

資格 防火管理上必要な業務を適切に遂 行することができる管理的または 監督的な地位にある方(管内在住 ・在勤者優先)

【申込み方法】

2月13日(火)~16日(金)午前8時30分から午後5時までに受講費を添えて消防本部予防課、または小川消防署消防課へ申込んでください。なお、定員80名になりしだい締め切らせていただきます。

(比企広域消防ホームページ掲載中) 【問合せ】比企広域消防本部 予防課

☎ 2 3 − 2 2 6 8