

塩川タイムズ

交通安全講座開催

四月二十八日(金)午後七時より
公会堂二階大広間にて須坂市警察署
交通課上倉様を講師に迎え交通安全
講座が開催されました。



集部者 責任者 山勝 匡
総務 発行 丸山 勝丸

ホームページQRコード



安全運転について映像を見ながら
講義を頂き、その後、車と歩行者の
交通事故、近年増加している自転車
による交通事故についてのお話があ
りました。車と歩行者の接触事故は
運転手が歩行者に気が付かないこと
もあり、歩行者が自身の身を守る事
も大切であると呼びかけていました。
特に夜間の歩行については、反射材
等を身に付けて「相手に自分がいる
ことを伝える」事が大切だと説明さ
れました。そして近年増加している
自転車による交通事故ですが、事故
の八割以上が自動車との事故で、そ
の多くが出会い頭によるものです。
また、歩行者との接触事故も多くな
ってきています。事故の際、頭部へ
の衝撃による怪我や死亡の原因につ
ながることもあり、ヘルメットの着
用を推奨していました。安全確認、
一時停止、ヘルメットの着用を心が
けましょう。

健康講座開催

五月十三日(土)午後七時より公
会堂二階大広間にて須坂市健康づく
り課管理栄養士荒井寿み子様を講師
に迎え健康講座が開催されました。
今年は「高血圧と減塩について」
〜見えない塩に気を付けて〜と題し
て講義をして頂きました。まず始め
に保健指導員の皆様による「減塩と
血圧のお話」を紙芝居を用いて劇を
して頂きました。保健指導員様のわ
かりやすい紙芝居を楽しく見ながら
体に起こる症状を学ぶことが出来ま
した。



荒井様の講義の中で、一日の食塩
摂取量について、塩分のとり過ぎに
より体の中で起こる症状や血圧の上
昇により引き起こされる病気につい
て詳しくお話がありました。また、
おいしく食べる減塩のコツについて

一、選ぶ時のポイント

減塩商品を手元に利用
栄養表示を見て選ぶ

二、作るときのポイント

「こうやさん」で減塩
こ 香辛料 うまみ
や やくみ さん 酸味

三、食べる時のポイント

調味料は「かける」より「つける」
そして、野菜や果物、魚や乳製品、
豆類を多く入れた食事を心がけるよ
うにと説明していただきました。



春の全国交通安全運動
信濃路は みんなの笑顔
つなぐ道

五月十一日(木)～五月二十日(土)まで春の全国交通安全運動が実施されました。

街頭指導では、交通安全協会、公民分館、民生児童委員、保健補導員、区役員が町内各所で通学中の児童生徒や高齢者をはじめとする歩行者の安全確保と、歩行者等の保護をはじめめとし、また安全運転への意識の向上を目的に活動を行いました。



横断歩道が設置されていない道路

横断する場合は、車両等に十分注意しましょう

歩行者も運転者も一人ひとりが交通安全意識を高め、日本一安全な道路交通の実現を目指しましょう。



春のソフトボール大会

五月十四日(日)日野小学校グラウンドにて春の日野地区ソフトボール大会が開催されました。日野ソフトボール協会が中心となり、日野地域の交流を深め、地域の活性化を目的として毎年春と秋、年二回の大会が実施されます。塩川町からも十一名の選手が参加され楽しく和気あいあいと元気のよいプレーをしていました。沼目町との一回戦に勝利し、村山町との決勝戦では惜しくも敗退となりましたが、見事、準優勝に輝きました。



祝 準優勝

選手の皆様お疲れさまでした!!

情報をお寄せください

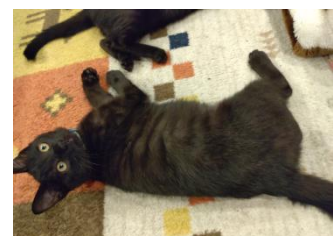
塩川町ソフトボール愛好会では新しい仲間を募集しています。年齢、男女関係なく楽しいチームを目指しています。興味のある方は是非お声かけ下さい。

塩川タイムズは塩川町に関連する記事を掲載しているローカル紙です。塩川町に関連の出来事や情報、活動などを随時掲載しています。皆様からの情報提供をお待ちしております。



【問い合わせ先】
第一総務部 田子新悟

- 6/ 4 (日) 13:50～ 分館運営委員研修会 (日野地域公民館体育館)
- 1 1 (日) 6:00～ 水路・公園一斉清掃
- 1 8 (日) 8:00～ 公会堂清掃 (95、96組)
- 1 8 (日) 7:30～ 日野地区球技大会 (日野地域公民館・日野小学校グラウンド)
- 7/ 9 (日) 6:00～ 水路・公園一斉清掃
- 1 6 (日) 8:00～ 公会堂清掃 (97、98組)
- 2 5 (火) 14:00～ 塩川町祇園祭 (公会堂)
- 3 1 (月) 7:00～9:00 第4回区費収納日 (公会堂)



今後の行事予定