



発行 つくしセンター

〒943-0823 上越市高土町3-2-12

TEL 025-521-2860 FAX 025-521-2861

025-521-2861

URL <http://www.tsukushinosato.com>



12月になりました。急に寒くなってきましたが皆様体調は崩されていませんか？1年があつという間に終わってしまい、もう1年終わり!?と焦ってしまう今日この頃…。皆さんはこの1年どんな1年だったでしょうか。

12月つくしセンターではクリスマス会や忘年会など楽しい企画が盛りだくさんです！！2013年最後の1ヶ月。つくしセンターで楽しい時間を一緒に過ごしてHAPPYな思い出を作りましょう☆

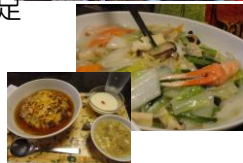
第17回チャリティーツリー点灯式

11月22日、つくしセンターで「第17回チャリティーツリー点灯式」を行いました。当日は多くの方がつくしセンターに足を運んでくださり、一緒にツリー点灯のカウントダウンをしてくださいました。ツリーに明かりが灯り、チャリティーがスタートすると、さっそく多くの方が募金をしてくださり、ツリーに「愛情の赤」と「希望の黄色」のリボンが結ばれキレイに彩られました☆12月24日(火)まで募金活動を行っておりますのでご協力よろしくお願いたします。



びーたーぼん くいチャレIN比他棒

11月13日(水) 総勢8名でくいチャレに行ってきました。皆さんで真剣にメニューを見てあれもこれも美味しそう！と何を食べようか選びました。それぞれ注文したものがテーブルに運ばれるたび「おお～！」「わあ～！」という声(☆◇☆) どれもおいしそうでボリュームたっぷりのメニューで大満足♪以下参加された方の感想です。「量も多く、良かった」「美味しかった」「炒飯は辛く、から揚げは量も多く味もおいしく大満足した」。次回行きたいところ、おススメのお店があったらぜひ教えてください(ω^)/☆よろしくお願いたします。



防災訓練

11月25日(月) 防災訓練をハウス道芝と合同で行いました。ハウス道芝の2階喫煙室からの出火を想定し、行いました。その後、上越市防災アドバイザーの植沢さんに講話会をしていただき、水害、火災、地震など災害時の避難と平常時の防災について教えていただきました。放置自転車等は避難の妨げになってしまうことや地域の方と情報共有ができないと逃げ遅れてしまうかもしれないというお話を聞き、公共のマナーを守ることや地域の方と挨拶をすることなど普段の生活をしっかりとすることが防災につながるのだと知りました。またいざという時の逃げ道の確保のため、部屋掃除をしておくことも大切だというお話を聞き、非常用品を用意するだけでなく普段から整理整頓することなど生活環境を整えることも防災のために必要なことだと感じました。



これからますます寒くなり暖房器具を使う季節になります。ストーブの周りには燃えやすいものを置かないように注意しながら暖かく過ごしましょう

注意

これからだんだんと寒くなりインフルエンザやノロウイルスなどが流行する季節になります。皆さん体調管理に気を付けて楽しい年末をお過ごしください。

- ① 手洗い・うがいをこまめにする。
- ② 空気の入替えをする。
- ③ 調理の際は加熱をしっかりとする

