

■室蘭・中島「ほっとな〜る」

健康で元気な体づくりを目指す「ふれあいサロンお元気講座」が15日午後1時から、室蘭市中島町の休憩スペースふれあいサロンほっとな〜るで行われる。平成24年度最終回は災害時に安全に身を守る心構えなどを学ぶ。

お元気号実行委員会、室蘭市地域包括支援センター憩主催。中島商店会コンソーシアム共催。同センターの保健師、山口澄恵さんが「健康管理で介護予防⑫〜防災について考えてみましょう〜」をテーマに講演する。

従来は介護関係が中心だが、今回は自然災害への備えがテーマ。防災グッズの準備など日ごろの心構えや、万一災害が発生した際の避難方法、テレビ・ラジオによる情報収集などを紹介。増水した河川には近づかないーなど、高齢者に向けたメッセージを発信する。

定員は40人。参加無料。問い合わせは同コンソーシアム事務局、電話0143・50局6611番へ。

(石川昌希)

「防災」テーマ／15日お元気講座