

■こころの健康づくり講演会(光をそそぐ交付金事業)

毎日の食事と笑顔メイクで

元気な自分を引き出そう

- ・旬の素材を取り入れた食事の工夫
- ・食べもののもつチカラを上手に使う方法
- ・いつも使っているメイク道具を使った元気・笑顔メイクの仕方

を教えてください



日時 平成24年1月15日(日)
13時30分～15時30分

場所 日和佐公民館

講師 藤中 奈々代さん
(栄養士・ヘアメイクアップアーティスト)

募集人員 先着30名(申し込み期限1月6日まで)

持参品 いつも使っているメイク道具
(アイシャドウ、チーク、ブラシなど)
お顔全体が映るくらいの鏡・前髪をとめるピン
※ファンデーションからつけ直しをしてメイクをしたいと思われる方は、基礎化粧品やいつも使われているクレンジングなどもお持ち下さい。

【お申し込み・お問い合わせ先】

役場保健福祉課 保健師・管理栄養士 ☎ 77-3621

法テラス

■法テラス徳島の情報提供

法的トラブルでお悩みの方々に、法制度に関する情報と、相談機関・団体等相談窓口に関する情報を提供します。

- 日時 月～金 9時～16時
- 電話 ☎ 050-3383-5575
- 面談もおこなっています(予約優先制)

■法テラス徳島の無料法律相談

経済的に余裕のない方が法的トラブルにあったとき、無料で法律相談を行い、必要な場合、弁護士・司法書士の費用の立て替えをおこないます。但し、資力要件を満たしていることが条件となります。

- 日時 弁護士相談 月～金
司法書士相談 月
- 場所 法テラス徳島
- 予約 ☎ 050-3383-5575

【お問い合わせ先】

日本司法支援センター徳島地方事務所(法テラス徳島)
徳島市新蔵町1丁目31番地 徳島弁護士会館4階
☎ 050-3383-5575

※日本司法支援センター(法テラス)は国が設立した公的な法人です。

■大震災 講演会とフォーラムのご案内

超巨大か?

最新の研究によって解き明かされる次の地震と津波

テーマ かならず来る南海大地震

— 東日本大震災を受けて —

東日本大震災のメカニズムと教訓を、現地に何度も足を運んだ高橋智幸教授(関西大学)が講演し、新聞やテレビでおなじみの岡村真教授(高知大学)が、最新の地層調査にもとづいて四国に迫る超巨大地震の可能性を語ります。

日時 平成24年1月8日(日) 13時開演
(12時開場、16時30分終了予定)

会場 美波町コミュニティホール

入場無料 定員200名
(申込締切日 平成23年12月15日)

主催

徳島県、とくしま県民活動プラザ、
NPO法人JCI テレワーカーズネットワーク
NPO法人「どーんと・せーの!!」

後援予定 美波町、牟岐町、海陽町、
徳島新聞社、NHK徳島放送局、
テレビ徳島

【お問い合わせ先】

NPO法人「どーんと・せーの!!」
☎ 080-2984-0499(大井)
☎ 090-7781-9487(北山)

とくしま県民活動プラザ 開設10周年記念協賛事業

「徳島冬のエコスタイル」にご協力ください!

【期間】

平成23年11月1日～平成24年4月30日

【内容】

1. 暖房時の温度19℃の徹底
・空調の使用をできるだけ控えるとともに空調を稼働している施設・事業所などでは、ウォームビズを弾力的に運用
・温度計の設置による室温の「見える化」
2. 不要な電灯、OA機器、テレビ等の電源オフの徹底
・各家庭での省エネ、省資源の取組みを進めるとともに企業などでノーマイカーデーとタイアップした削減活動の強化
3. エコドライブの徹底
・アイドリングストップなどエコドライブの徹底に加え、相乗りや公共交通機関、自転車の活用